Revista Semestral - preço - 1.50€
Número de exemplares por tiragem - 4000
MSD 2º Semestre de 2005 Nº 6
www.afid.org.pt

Di≠erença

REVISTA DIFERENÇA

Boletim Informativo Institucional
AFID Associação Nacional de Famílias para a Integração da Pessoa Deficiente
IPSS - 75/86 - Entidade de Superior Interesse Social - Nº 15 de 19-1-2000



MSD



www.msd.pt



A saúde da sua família na Internet

em português e de acesso gratuito

O documento médico mais lido em todo o mundo

Traduzido em 18 línguas, a primeira versão popular do Manual, a Home Edition (Saúde para a Família, na versão portuguesa), de 1997, vendeu mais de dois milhões de cópias.

A Obra de referência

Graças às suas características de texto conciso, rigor, simplicidade de consulta e linguagem e abrangência, o Merck Manual, como passou a ser conhecido, conquistou, o estatuto de obra de referência.

200 especialistas de renome

Duas centenas de especialistas de renome nas várias áreas médicas colaboraram nas últimas edições do Manual, em papel ou electrónicas, estas consultáveis via Internet.

Finalmente em Português

Fruto de um trabalho de cinco anos, o "Manual Merck de Saúde para a Família", agora acessível pela Internet em português, explica em linguagem corrente e objectiva todos os importantes temas relacionados com a saúde e a doença, sem concessões à superficialidade ou ao dramatismo.

Merck Sharp & Dohme
Qta. da Fonte
Edif. Vasco da Gama, 19,
P.O. Box 214
2770-192 Paço D' Arcos

FICHA TÉCNICA

1ª série - Nº 6 - 2º Semestre 2005

Preço por exemplar: 1,5€

Propriedade: AFID - Associação Nacional de Famílias para a Integração de Pessoas Deficientes

Direcção: Dr. Domingos Rosa

Edição / Redacção: Sónia Gonçalves Sobrinho e Nuno Quaresma

Lay-out: Mauro Gaspar (IADE - Instituto de Artes Visuais, Design e Marketing)

Maquetagem inicial: Nuno Quaresma e Alunos das Oficinas de Artes - AFID

Coordenação Gráfica: JTB

Revisão: António Costa, Domingos Rosa, Leongarda Jesus e Nuno Quaresma

Suporte Informático: João Bernardo e Sónia Ramos

Serviço Administrativo: Esilvina Mendes, Helena Silva, Teresa Rodrigues e Conceição Clara

Fotografia: Mário Sérgio, Ricardo Galeano, Vítor Esteves, Nuno Quaresma, Paulo Sérgio São Pedro, Luís Araújo, João Marques

Material fotográfico: AST - Fotografia e Vídeo, Lda. - Foto Currauto. Tel.: 21 4187420

Ilustração: Lúcia Pires, Ana Carvalho, Ana Alegria Martins, Nuno Gouda, Pedro Martins, Margarida Baptista, Ana Judite Cardoso, António Gonçalves, Bruno Rodrigues e Nuno Quaresma

Colaboraram neste nº.: Ana Fina, Ana Matilde Mendes, Ana Sofia Fonseca, Ana Rita Pimenta, Andreia Santos, Carlos Barbosa, Carlos Santos, Clara Cidade Lobo, Domingos Rosa, Domingos Semedo, Duarte Nuno Dias, Edson Carvalho, Elisabete Conceição, Fernando Branco, Hanna Kolesnikova, Idália Moniz, José Malheiro, Jorge Pessanha, Isabel Ribeiro, Leonor Lima, Liliana Gabriel, Luísa Carvalho, Margarida Jesus, Madalena Victorino, Marco Gomes, Maria Antónia Costa, Maria Helena Alves, Mário Magalhães, Mário Sousa, Mauro Gaspar, Michelle, Paula Lange, Paulo Moura, Paulo Sérgio São Pedro, Rui Monteiro, Rui Nuno da Silva, Ricardo Calderón, Rita Santiago, Sofia Carvalho, Teresa Calado, Vítor Gonçalves

Assinaturas / Publicidade: AFID - Associação Nacional de Famílias para a Integração de Pessoas Deficientes - Centro Social e de Reabilitação do Zambujal - Quinta do Paraíso - Bairro do Zambujal 2720-502 Amadora

Tel.: 21 472 40 40 **Fax:** 21 472 40 41

E-mail: secretariado@afid.org.pt

Distribuição: AFID

Tiragem: 4000 Exemplares

Reg. INPI: 393161 cod. 0599 proc. Relac. 387527

Reg. ICS: nº 124671

Depósito legal: 234089/05

AFID

A AFID é um IPSS - Instituto Particular de Solidariedade Social - sem fins lucrativos, pelo que dos montantes entregues em valor superior ao preço final da revista, será emitido recibo de donativo, dedutível em sede IRC e IRS, ao abrigo do Estatuto do Mecenato.

EDITORIAL



MENSAGEM DO PRESIDENTE DA AFID

Quando iniciámos o ano de 2005, fizemo-lo com a forte esperança de um melhor ano para o País e para o sector da Reabilitação em Portugal.

Infelizmente, este prognóstico não se confirmou. Antes, estamos a viver um período difícil, com um quadro conjuntural desfavorável, que exige esforço, rigor, empenho, muita solidariedade e, sobretudo, muito trabalho.

Mais grave ainda! Os problemas actuais não são apenas problemas internos do País. O Mundo vive uma agitação inusitada e em convulsão permanente.

A alta do preço do petróleo, os malefícios dos fenómenos naturais, as guerras, etc., absorvem recursos prejudicando a sua disponibilização para os mais carenciados e desfavorecidos.

Temamos o futuro, mas acreditamos nele.

Temamos o futuro mas é nossa convicção que saberemos converter os problemas e as adversidades em crescimento/desenvolvimento. O desenvolvimento/crescimento em riqueza e a riqueza na melhoria de condições de vida para todos, em especial, para aqueles que mais dela necessitam.

Apesar da conjuntura desfavorável, a AFID tem vindo a desenvolver as suas actividades com rigor, empenho e muito trabalho, em prol da melhoria da qualidade de vida de todas as pessoas que servimos.

É com este propósito inabalável que prosseguiremos a nossa caminhada, caminhando.

É, também, com aquele propósito que continuaremos a melhorar internamente a instituição, dotando-a de mais e melhores recursos, afectando-os da forma mais racional e eficaz e rentabilizando-os.

Ainda neste propósito estamos, agora, a lançar a Revista " Diferença " nº 6, em Parceria com Merck Sharp & Dohme, de modo a mantermos o esforço de informação e sensibilização para a mudança de atitudes e consequente envolvimento nestas causas das entidades públicas e privadas, bem como dos nossos leitores para as questões sociais em geral, e em particular para a Problemática da Deficiência.

Relativamente às Parcerias com empresas privadas, refira-se a boa prática da Merck Sharp & Dohme, que, no âmbito da sua actividade de Responsabilidade Social, permite à AFID, manter vivo o seu órgão de divulgação privilegiado, onde damos voz e espaço de intervenção aos nossos utentes e suas Famílias.

Aproveitamos esta oportunidade para agradecer publicamente, muito sensibilizados, à Administração da Merck Sharp & Dohme e a todos os seus colaboradores, por mais esta Boa Prática.

Por outro lado, estão em marcha alterações estruturais de relevo na AFID, de acordo com o interesse e os desejos dos Utentes e dos Associados, inseridas na Estratégia Global da Associação, conducentes à criação de mecanismos que permitam, por um lado preparar a instituição para ultrapassar eventuais problemas futuros no desenvolvimento da sua actividade e, por outro lado, acompanhar a evolução da Sociedade.

Estou a referir-me à Certificação da Qualidade dos Serviços que prestamos e da criação da Fundação da AFID " Diferença ".

Se, no primeiro caso, o seu principal objectivo prende-se com a melhoria da qualidade dos serviços que prestamos, é-lhe também inerente a maximização da rentabilidade social e económica e a minimização dos recursos/custos afectos.

No segundo caso, os objectivos fundamentais com a criação da Fundação da AFID, "Diferença" prendem-se com a protecção social e patrimonial, controlo da actividade e maximização das receitas e a continuidade da intervenção junto das Pessoas com Deficiência. Esperamos, nos próximos números da Revista " Diferença ", trazer aos nossos leitores informações mais concretas sobre a evolução destes dois planos estratégicos de desenvolvimento da AFID.

A CRIAÇÃO PROSSEGUE INCESSANTEMENTE POR MEIO DO HOMEM. MAS O HOMEM NÃO CRIA, DESCOBRE.

(Antoni Gaudí)

ASSINATURA ☐ Opção anual, 2 números = € 3 ☐ Opção bienal, 4 números = € 5

Nome: _____

Morado _____

_____ Localidade: _____

Código Postal: _____

Data de Nascimento: _____

Profissão: _____

FORMA DE PAGAMENTO

Vale postal _____ no valor de € _____

Cheque nº _____ no valor de € _____

à ordem de AFID, Associação Nacional de Famílias para a Integração de Pessoas Deficientes

ÍNDICE

1 - EDITORIAL

2 - ÍNDICE

3 - FEIRA DAS CAPACIDADES

4 , 5 - O PARADIGMA DA INCLUSÃO **por Dra. Idália Moniz, Secretária de Estado Adjunta e da Reabilitação**

6 , 7 , 8 - O ENVELHECIMENTO DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA **por Domingos Rosa, Presidente da Direcção AFID**

9 - DANÇA **por Maria Antónia Costa, Membro da Direcção AFID**

10 , 11 - FORMAÇÃO PROFISSIONAL **entrevista a formador e formandos por Lutegarda Justo, Directora Pedagógica AFID**

12 , 13 - DESPORTO - BOCCIA **por Duarte Nuno Dias e Ricardo Galante, alunos e utentes AFID**

14 , 15 - ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL **por José Machado, Merck, Sharp & Dome**

16 , 17 - CRIATIVIDADE **por Sofia Carvalho, professora de filosofia**

18 , 19 - EXPOSIÇÕES - PROXIMIDADE E SEMELHANÇA **por Nuno Quaresma, professor de pintura AFID**

20 - CATÁLOGO OFICINA DE ARTES - AFID

21 - A BIGGER SPLASH, RTP 1, **Responsabilidade Social**

22 - COLECÇÃO VIP DOMINÓ, **Responsabilidade Social**

23 - POUSADAS DA JUVENTUDE, **Responsabilidade Social por Elisabete Conceição, Directora Comercial Movijovem**

24 - ABRIL - 42ª FEIRA DE ARTESANATO DO ESTORIL **por Rui Rama da Silva, Vereador da Acção Social e Presidente da CPD, Câmara Municipal de Cascais e Nuno Quaresma**

25 - CD ROM - CPD DE CASCAIS E PROGRAMAÇÃO CPA - CENTRO CULTURAL DE BELÉM



Di≠
erença

Feira das Capacidades



Feira das Capacidades

Entre os dias 7 e 10 de Abril de 2005, teve lugar a 1ª Feira das Capacidades - Feira de Ajudas Técnicas, Tecnologias de Apoio e Acessibilidades, com o apoio da Câmara Municipal da Moita, que decorreu no Pavilhão Municipal de Exposições deste município.

O certame contou com o empenho e contributo da AILGP, CERCIMB, FCCN, FPDD, Fundação Portugal Telecom, Fundação Vodafone Portugal, GROOVE-MEDIA, INOV, SIC, SNRIPD, TSF, UMIC, XDREAMS, e teve como objectivo a mobilização e consagração do altruísmo, da promoção da aprendizagem, da cooperação, da integração, da disponibilidade, da amizade e do encontro entre instituições e pessoas interventivas e responsáveis.

O evento constituiu uma resposta e uma alternativa para o Sul do País, convocando para o espaço da Feira os vários agentes sociais (empresas, associações, políticos, autarquias, desportistas, técnicos, entre outros) e congregando um conjunto de actividades interdependentes (exposição, informação, formação, desporto, animação e cidadania) com o objectivo de abordar, de forma sistemática e integrada, os diversos assuntos relacionados com pessoas com necessidades especiais, com especial relevo para as Ajudas Técnicas, Tecnologias de Apoio, Acessibilidade, Cultura produzida por Autores Especiais, Desporto Adaptado, Empregabilidade e Cidadania.

A AFID teve o prazer de colaborar nesta iniciativa no contexto do Programa Tertúlias, dedicado à Cidadania pela Educação, e durante o certame, com uma Exposição de Pintura de autores integrados na AFID.

Nesse a tarde de 5ª feira, dia 7 de Abril, foi possível permutar ideias e boas práticas exemplares articuladas pelos oradores, com a participação de convidados VIP (Very Informed People) em que esteve incluído o nosso artista plástico Mário Sousa a enunciar a sua experiência como criador no mercado de Arte Contemporânea e as soluções de carácter profissional que encontrou com o apoio da AFID e de outras organizações sensibilizadas para os domínios da empregabilidade e sustentabilidade.

Estiveram assim presentes Augusto Sousa (RUMO), Cristina Louro (Secretária Nacional do SNRIPD), Carlos Vasconcellos Cruz (Portugal Telecom), José Ernesto Cartaxo (CGTP), Rui Garcia (Vice-Presidente da Câmara Municipal da Moita) entre os oradores e, como convidados VIP, Beatriz Vidal (Centro Português de Design), João Martins (Jumbo de Faro/ Grupo Auchan), José Manuel Arrobas da Silva (Aldeia da Saúde), Luís Capucha (ISCTE), Maria Helena Alves (IEFP), Maria João Morgado (Nadadora Paralímpica), Mário Sousa (Artista Plástico/ AFID), Nuno Quaresma (AFID) e Paula Lebre (FMH).

Faz-se ainda nota da abertura desta tertúlia, marcada pela excelência da interpretação do pianista Jorge Gonçalves (ACAPO), que demonstrou, decisivamente, que a superação e nobreza na execução e criação são características ao alcance de todo o Ser Humano, que a barreira da deficiência não trava nem estanca, pelo contrário, catapulta e enfatiza.

N.Q.





O Paradigma da Inclusão



O Paradigma da Inclusão

Estima-se que na Europa 17% da população em geral e 15% da população em idade activa é portadora de doenças crónicas ou de deficiência. Calcula-se, ainda, que a percentagem de pessoas com deficiência nos países mais desenvolvidos ronde os 10% da população. Significa isto que na União Europeia haja 38 milhões de pessoas portadoras de deficiência.

Perante tais números e tais estimativas, Portugal registou nos últimos censos (2001) um valor abaixo da média europeia, rondando os 6,1%. No entanto, esta percentagem poderá não ser a mais correcta, apesar do imenso esforço que na altura foi feito para tratar, convenientemente, variáveis tão sensíveis como o tipo de deficiência. Por outro lado, os valores apurados pelo Projecto Quanti, entre 1993 e 1995, demonstravam que a população com deficiência em Portugal rondava um milhão de pessoas, o que na verdade é um valor mais aproximado e concordante com os dados da Organização Mundial de Saúde.

Evidenciar esta disparidade de dados pode parecer um pormenor menos significante, pois na realidade os dados quantitativos nunca foram objecto de consenso. Contudo, estou convicta de que conhecer de forma exacta a realidade do nosso país, no que respeita a esta matéria, é um instrumento de partida muito importante para delinear objectivos, que respeitem no mínimo as diferenças que caracterizam a população portadora de deficiência, ou seja, objectivos que reconheçam a diversidade dos grupos que configuram a chamada população com deficiência em geral.
Existe ainda outro elemento que se conjuga com esta preocupação, que é continuar a existir um número considerável de pessoas com deficiência e suas famílias que se mantêm à margem de qualquer tipo de protecção social, seja ela do tipo pecuniário, ou mesmo, no âmbito das respostas existentes da acção social em geral e dos equipamentos dirigidos a estas pessoas, em particular.

Esta falta de informação, consolidada e fável, impede de certa forma que se prospectivem medidas e intervenções viabilizadoras de uma mudança considerável ao nível das práticas de reabilitação e de integração. Estas, por sua vez, têm sido nos últimos anos, fruto de um enorme trabalho de reconceptualização. Pena será que o mesmo não tenha sido implementado em contínuo, por falta de uma estratégia nacional e de uma verdadeira política de inclusão que respeite toda a heterogeneidade de situações que caracterizam o fenómeno da deficiência.

A deficiência, enquanto problemática conceptual, tem vindo nas últimas duas décadas, a confrontar-se com novas realidades, muitas delas, ligadas ao próprio desenvolvimento dos modelos sociais dos países desenvolvidos.

O Modelo Social Europeu no qual Portugal participa, tem orientado as suas preocupações para a articulação de dois vectores que me parecem bastante pertinentes a sua reflexão, em particular, as políticas sobre deficiência e a forma como devemos inscrevê-las na própria história



das novas políticas sociais. Por um lado, a integração e a inclusão das pessoas com deficiência no mercado de trabalho enquanto vector económico. Por outro, e sobretudo, enquanto valor fundamental de atribuição de autonomia.

Sendo a integração o fim último de toda e qualquer intervenção que se empreenda nesta área de actuação, é necessário compreender as diferentes nuances que o próprio conceito encerra. Ora, a integração pode ter duas naturezas, uma primeira diz respeito à integração no sistema institucional, a segunda, integração social, é de uma ordem mais micro e remete-nos para as relações entre agentes, sendo que é neste patamar de análise que se devem tratar outros conceitos como o de inclusão e exclusão.

O primeiro patamar da integração, que referi, coloca-nos a um nível macro de funcionamento das instituições ou das estruturas sociais que compõem os chamados sistemas. O segundo, leva-nos a discutir o nível da integração social ao nível mediante conceitos como o de participação e o de autonomia das pessoas. Estes dois níveis jogam-se num quadro relacional muito importante, que permite analisar a problemática das pessoas com deficiência numa óptica de inclusão e integração. O conceito de integração social permite-nos, assim, ponderar não apenas a situação material e relacional de cada



indivíduo, bem como os seus atributos, nomeadamente em termos de competências, de capacidades e de capitais.

Nesta lógica, a questão da inclusão surge como condição necessária para a integração, uma vez que este conceito supõe uma lógica não apenas centrada nos sujeitos, mas também nos sistemas em que os sujeitos participam.

Tendencialmente, os níveis de inclusão tenderão a ser tanto maiores quanto forem os níveis de coesão e de integração social.

É no quadro deste jogo relacional entre inclusão e integração que aparecem as instituições particulares que configuram o sistema de reabilitação de pessoas com deficiência. As instituições particulares são, no fundo, agentes mediadores entre as pessoas com deficiência - nível micro - face ao nível macro das estruturas e sistemas institucionais. Por um lado, mobilizam poder no sentido de promover maior justiça na distribuição dos recursos e de oportunidades e, ao mesmo tempo, promovem a inserção das pessoas. Logo, o papel e as actividades que desempenham, devem estar em concordância com o novo paradigma de inclusão que aponta para aspectos como a aceitação das diferenças individuais, a valorização das pessoas, a convivência dentro da diversidade humana e a aprendizagem através da cooperação.

Este paradigma de inclusão, em que a plena integração é o horizonte desejável de todos os processos de reabilitação, baseia-se, nomeadamente, numa ruptura com conceitos anteriores, baseados sobretudo em noções que implicavam adaptar os portadores de deficiência às condições especiais que lhes eram oferecidas.

As novas políticas de inclusão devem propor significativas transformações nos ambientes físicos e nos contextos sociais e institucionais, bem como, ao nível das representações, valores e atitudes face à deficiência, transformando o seu lugar social e simbólico. Só assim, a pessoa com deficiência poderá deixar de ser remetida para um lugar de excepcionalidade devido à sua condição limitativa causada pela deficiência.

A nova concepção da deficiência leva-nos a ter que planear uma sociedade mais democrática e universal que contemple as diferenças de cada indivíduo em todas as esferas da vida social como o emprego, a família, as sociabilidades ou a comunidade, atribuindo a qualquer cidadão, noções como, autonomia, independência e igualdade de oportunidades.

O paradigma da reabilitação é deste modo substituído pelo paradigma da inclusão, baseado em horizontes mais vastos e com uma tónica muito relevante na cidadania e não apenas na recuperação individual das pessoas. No entanto, a reabilitação não deixa de ser um passo fundamental para a inclusão das pessoas nos sistemas sociais gerais como a educação, a saúde, o emprego, e a acessibilidade.

O conceito de reabilitação como solução para reverter as incapacidades decorrentes da deficiência, também tem sido objecto de alguma reconceptualização, sobretudo ao nível da discussão dos modelos de intervenção. A reabilitação que fora proposta pelo modelo médico, entendia que esta fosse centrada no indivíduo e na deficiência, insistindo na medicalização das pessoas, atribuindo-lhes um estatuto com défices de capacidade e de possibilidades de integração, enfatizando a sua condição de desvantagem face a toda a lógica imposta pela integração. A passagem deste modelo para um modelo social, dá outra perspectiva à reabilitação, deixando a deficiência ou a incapacidade de ser o objecto central a merecer uma intervenção. O modelo social requer uma abordagem multidisciplinar que contempla um processo de reabilitação actuando em várias áreas ou sub-sistemas societais. Este modelo, mais do que uma proposta teórica, é um princípio de actuação que tem vindo a ser implementado em alguns países da União Europeia. Resta que em Portugal, em consonância com as realidades que o sistema de reabilitação configurou nos últimos anos, consigamos de uma forma partilhada, activar junto das pessoas com deficiência e das suas famílias, cenários de intervenção cada vez mais próximos das referências que tentei elencar.

Cabe a cada um de nós, com humildade e total dedicação, entender e materializar o paradigma da inclusão.

Dra. Idália Moniz
(Secretária de Estado Adjunta e da Reabilitação)

ENVELHECIMENTO DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA



UMA REFLEXÃO SOBRE O ENVELHECIMENTO DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA

I - UMA QUESTÃO DE CONCEITOS

Velhice e Terceira Idade, são termos que caracterizam um período natural da vida das pessoas a requerer atenção redobrada quer ao nível da mudança de atitudes, quer ao nível da intervenção social, no acompanhamento e apoio social, na manutenção física e cuidados de saúde da pessoa com idade avançada.

Esta realidade exige ainda mais atenção, tratando-se de Pessoas com Deficiência, tal como acontece em outras fases da vida deste tipo de população.

O homem sempre se preocupou com o envelhecimento, caracterizando-o normalmente como sendo um período de maior vulnerabilidade e dependência da pessoa, por perda gradual das suas capacidades.

Outros caracterizam esta fase da vida como sendo uma etapa de grande Sabedoria e Conhecimento. A civilização oriental valoriza-a exactamente, pelo facto de lhe atribuir as características do Bom Senso, da Serenidade, do Equilíbrio, da Sabedoria e do Conhecimento. Os Velhos são um exemplo na Sociedade e as suas intervenções sociais são muito consideradas e importantes para o desenvolvimento da mesma.

Infelizmente, a civilização ocidental não valoriza tanto esta fase da vida das pessoas, o que coloca sérios problemas ao nível do seu acompanhamento e apoio, designadamente na resolução de problemas como a Solidão, o Isolamento, a Carência Afectiva e Económica, a que muitas destas pessoas estão votadas.

Todas estas dimensões são uma parte da realidade da pessoa com idade avançada, dependendo do seu trajecto de vida, bem como das atitudes que todos nós vamos tendo perante esta realidade.
A vivência do envelhecimento traduzirá a forma como se viveu e de certo modo irá reflectir o percurso de vida de cada pessoa.

Apesar dos avanços técnicos e científicos que a era moderna nos tem prendado, principalmente os avanços na medicina, traduzidos no aumento da esperança de vida das pessoas, o certo é que este desenvolvimento não tem tido idêntica correspondência no respeito pelos direitos cívicos e garantias das pessoas com idade avançada em todas as áreas, incluindo as Pessoas com Deficiência.

Daí constituir um tema obrigatório de reflexão na Instituição a que tenho a honra de presidir, a AFID - Associação Nacional de Famílias para a Integração da Pessoa com Deficiência, que actualmente atende cerca de 150 Pessoas com Deficiência, das quais 38 em regime de Lar Residencial, algumas delas com idade próxima dos 50 anos.

II - UMA QUESTÃO DE NÚMEROS

O envelhecimento da população em geral e em particular em Portugal, tem vindo a aumentar significativamente. Tal resulta, entre outros factores, do aumento da esperança de vida das pessoas, como consequência do já referido progresso científico, da melhoria das condições de vida e bem-estar, bem como consequência da diminuição progressiva da natalidade.

Esta realidade, pelas mesmas razões, tem vindo a estender-se às Pessoas com Deficiência.

Apesar dos números não serem consensuais, constata-se que no início do século XX, a esperança de vida das pessoas era, em geral, de cerca de 40/50 anos e das Pessoas com Deficiência de 20/30 anos.

O Mundo viu estes indicadores subirem na década de 60/70 para 50/60 anos na população em geral e nas Pessoas com Deficiência para 30/40 anos.

Actualmente, as expectativas cifram-se numa esperança de vida para a população em geral entre os 70/80 anos e para as

Pessoas com Deficiência Mental para 60/70 anos.

Significa isto que a esperança de vida das Pessoas com Deficiência duplicou, durante este último século, o que traduz um aumento maior do verificado para a população em geral.

Mas significa também que envelhecendo as pessoas com deficiência, envelhecem paralelamente as suas famílias, que geralmente não estão preparadas para este fenómeno. Embora tenham de continuar a desempenhar um papel de cuidadores, dado muitas vezes os filhos continuarem em situação de grande dependência, confrontam-se igualmente com a necessidade de também necessitarem de acompanhamento e de cuidados de saúde continuados. Paralelamente, ao confrontarem-se com a sua própria mortalidade amarguram-se com o dia de amanhã, com a ausência de respostas e de serviços de enquadramento.

E novos desafios se colocam contrastando com as lentas mudanças sociais, culturais e de valores. Urge intervir de modo a que tal não se converta numa dupla descriminação (deficiência e envelhecimento).

E como se posiciona a sociedade para lidar com esta realidade?

Urge acelerar o processo de abordagem e compreensão do envelhecimento das pessoas com deficiência, de modo a encontrar mecanismos mais humanizados e eficazes de intervenção junto desta população.

III - A DECLARAÇÃO DE MÁLAGA

Esta foi a preocupação dos Ministros responsáveis pelas Políticas de Intervenção para as Pessoas com Deficiência, reunidos na Segunda Conferência Europeia, em Málaga, em Maio de 2003, na qual produziram uma Declaração Política, subordinada ao tema "Melhorar a qualidade de vida das Pessoas com Deficiência: prosseguir uma política





coerente para e através de uma plena participação".

Esta Declaração Política consagra a necessidade de alterar o quadro do apoio às Pessoas com Deficiência em todas as áreas, incluindo o envelhecimento, e sugere que os Estados da União Europeia elaborem Planos de Acção que consubstanciem políticas que façam evoluir para a plena participação das pessoas com deficiência e suas famílias no desenvolvimento dos seus projectos de vida, na melhoria da qualidade de vida da pessoa com deficiência, na igualdade de oportunidades, na garantia e respeito pelos direitos e liberdades fundamentais da pessoa.

Estes Planos de Acção devem integrar-se num quadro conceptual de abordagem da deficiência mais actual, em que os contributos dos avanços na compreensão do desenvolvimento humano ao longo da vida, tal como os progressos de estudos científicos e de investigação sobre as influências do meio envolvente no desenvolvimento da pessoa, a par da crescente atenção dada aos valores e direitos humanos, devem influir as políticas e práticas nesta área de intervenção.

A recente aprovação pela Assembleia da República Portuguesa da Lei nº 38/2004, de 18/08, que define as Bases Gerais do Regime Jurídico da Prevenção, Habilitação, Reabilitação e Participação da Pessoa com Deficiência, julga-se ser um passo importante neste sentido. Esperemos que a sua aplicação prática concorra para tal desiderato.

IV - A PARTICIPAÇÃO DA FAMÍLIA

Opinando um pouco sobre a problemática do envelhecimento na Pessoa com Deficiência e a aplicação prática deste normativo, ressalto, de imediato, a necessidade de uma maior participação das Famílias em todo o processo de intervenção.

Conseguir proporcionar uma velhice com melhor qualidade começa com um melhor funcionamento dos mecanismos da prevenção, desde os primeiros períodos de vida da Pessoa com Deficiência.

A dinamização da Intervenção Precoce é um dos caminhos que me parece fundamental reanimar e reforçar com o envolvimento e a participação activa da Família.

A implicação activa da Família no processo é um elemento facilitador na intervenção, acompanhamento e apoio aos seus filhos, simultaneamente um contributo para a manutenção da qualidade de vida da Pessoa com Deficiência ao longo de toda a sua vida e em especial no período da velhice. Acredito que prevenir e intervir o mais precocemente possível, cria condições para uma melhor qualidade de vida no futuro, e, consequentemente, na velhice.

Contudo e para que a família se torne mais interventora, é necessário repensar os modelos de apoio às famílias, designadamente nas questões da Conciliação da Vida Familiar com a Vida Profissional, no apoio da Terceira Pessoa, no Apoio Domiciliário, e ao nível dos Cuidados Continuados de Saúde.

Não basta melhorar o quadro legal de apoio, sob pena de considerarmos boas as intenções expressas nas normas, mas maus os regulamentos, ou seja os aspec-

tos práticos e operacionais destas questões.

V - A FORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO

Um dos maiores desafios coloca-se hoje ao nível da formação de técnicos para lidar com este novo fenómeno: pessoas com deficiência em processo de envelhecimento.

De acordo com indicadores divulgados pelo Eurostat, com base em projecções demográficas para 2025, o número de pessoas com idade avançada (mais de 60 anos) nos países da União Europeia, constitui hoje cerca de 20% da população global e prevê-se a sua duplicação nos próximos anos.

Para a população com deficiência, a realidade é idêntica, respeitando os respectivos parâmetros de enquadramento quanto à idade.

Estas são das razões que exigem a introdução obrigatória do tema envelhecimento nos estudos e investigações a realizar pelas Universidades, Institutos e Escolas virados para as áreas sociais e de reabilitação, que deveria constituir-se matéria curricular obrigatória.

Igualmente, deveriam ser criadas áreas de formação específica para o pessoal não técnico, designadamente para o pessoal auxiliar, com o objectivo de lhe dar melhor preparação para a intervenção, de modo a melhorar a qualidade dos serviços a prestar e, consequentemente, a qualidade de vida e bem-estar das pessoas com idade avançada, incluindo as pessoas com deficiência.

Quanto às Famílias elas devem ser preparadas, consciencializadas e sensibilizadas para enfrentar até a própria mortalidade. Devem ser fomentadas as redes de inter-ajuda nesta matéria e deve ser proporcionada informação sobre aspectos legais, serviços de apoio disponíveis.

VI - ESTRUTURAS DE APOIO

Ao assistirmos ao aparecimento deste novo desafio na área social, as sociedades europeias em geral e o nosso País em particular têm de implementar respostas concretas e inovadoras, com vista à eliminação da discriminação contra as pessoas com deficiência, à promoção da igualdade de oportunidades e à melhoria da qualidade de vida.

Digo desafio, porque o envelhecimento é uma fase da vida das pessoas de maior vulnerabilidade e dependência, o que implica a criação de estruturas de apoio, em articulação com os Serviços Públicos, nomeadamente os da Saúde. Desafio, porque ao estarmos a falar de pessoas com idade avançada, a maioria sem pais, apenas com irmãos e alguns familiares do 2º e 3º graus, sem vidas interligadas que permitam um fácil desenvolvimento de laços familiares e do apoio que é necessário, quer ao nível de resposta de enquadramento, quer a nível afectivo.



Neste sentido e em minha opinião, é imprescindível repensar as respostas existentes, adaptando-as a esta nova realidade e dotando-as de meios e recursos ajustáveis à nova realidade e às novas exigências.

Assim, considero que o Apoio Domiciliário é um serviço imprescindível para um número significativo de pessoas nesta fase de vida, que urge repensar enquanto modelo de intervenção e de apoio. A articulação entre as áreas sociais de apoio e de saúde deve ser melhorada e extensiva a outras intervenções especializadas com as inerentes consequências financeiras.

Com uma população com elevados índices de dependência, infelizmente deverão ser multiplicadas as Respostas Residenciais, e também aqui, repensados os seus modelos de intervenção. Estruturas integradas que permitam vários tipos de intervenção - Social, Saúde, Ocupação, entre outras - devidamente inseridas nas comunidades locais, parecem-me as respostas mais ajustadas para este tipo de população.

Deverão ainda ser pensadas e implementadas respostas inovadoras do tipo hospitais de retaguarda, que atendam pessoas com idade avançada acamadas, em estado terminal, que permitam uma intervenção mais ajustada à sua situação de saúde e de deficiência.

Devemos todos fazer um esforço adicional com o objectivo de eliminar todas as formas de discriminação, em especial contra as pessoas de idade avançada, aí incluídas as pessoas com deficiência, para que todos possam usufruir de uma plena cidadania.

"O QUE CHAMAMOS PRINCÍPIO É MUITAS VEZES O FIM. E ACABAR E COMEÇAR. O FIM É O PONTO DE PARTIDA."

T. S. ELLIOT

Domingos Rosa
(Presidente da Direcção, AFID)

Dança e Movimento









AFIDance - Os Demónios, os Anjos... e os Outros

Realizou-se, por iniciativa da Câmara Municipal de Odivelas, a 4ª Semana da Pessoa com Deficiência - Fazer a Diferença - sendo o grupo AFIDANCE convidado a participar num espectáculo juntamente com outros grupos, e numa segunda apresentação actuar no encerramento do Colóquio "Que Acessibilidades Temos? Que Acessibilidades Queremos!" promovido pela Câmara com a colaboração do Instituto do Emprego e Formação Profissional e do Secretariado Nacional de Reabilitação (SNRPD). Com a alegria com que sempre respondem aos desafios, os nossos jovens entusiasmaram a plateia que encheu o Auditório da Câmara. Num dos espectáculos estava a assistir uma turma do primeiro ano do ensino básico e foi curioso observar a maneira como parou a irrequietude natural daquela idade e a atenção se fixou no palco. Da colaboração, do trabalho das duas pessoas que agora se ocupam do grupo, Le Finka Lima e Édson Carvalho, nascem estes momentos de deleite para quem assiste.

A AFIDANCE foi o último dos grupos a actuar, com o seu trabalho "Demónios e Anjos". A dança fluiu com movimentos seguros levando-nos até à metáfora final que nos diz ser possível a harmonia e a fraternidade entre as pessoas. Desta vez, nesse final, fomos surpreendidos por uma figura a que podemos chamar o Anjo Azul, (talvez inspirada no Anjo Azul protagonizado no cinema por Marlene Dietrich) que se movimenta no alto como se estivesse no céu, lentamente evoluindo dentro de uma nuvem azul, ora descendo, ora pairando. O professor Edson Carvalho, dado que é ele a figura caracterizada de azul, por fim desce à terra juntando-se ao grupo numa bela imagem também ela metafórica.

No espectáculo efectuado no encerramento do Colóquio já referido, no dia 2 de Junho, foram apresentadas três coreografias, duas delas em estreia, da autoria do professor Edson. A primeira é uma sátira de bom humor, em que três indivíduos com aspecto "mafioso" nos seus fatos pretos e óculos escuros, vivem no palco peripécias que fizeram rir a plateia. No trabalho seguinte os intervenientes usam camisolas que eles próprios pintaram com mestria no uso da cor - ou não fossem eles alunos do nosso atelier de pintura! O resultado é um espaço de cor e movimento, qual caleidoscópio vivo. A concluir a apresentação, ofereceram-nos a dança que se chama "Estava escrito...". Sendo esta uma das primeiras que o grupo trabalhou, é evidente o gosto com que a executam. Esta dança Hip-Hop diverte-os e diverte-nos.

A AFID com o trabalho que desenvolve está a afirmar o seu espaço na nossa sociedade e pode contar com o seu grupo AFIDANCE - juntamente com outras áreas artísticas - para serem o seu rosto mais visível, porque o outro rosto é o daqueles jovens que estão connosco e que queremos ver cada vez mais feliz.

Maria Antónia Costa
(Membro da Direcção - AFID,
Coordenação AFIDANCE)



FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Entrevista com Prof. Rui Martins, Formador do curso de Restauro de Madeiras, AFID

Quer falar-nos um pouco do trabalho que desenvolvem no grupo e na área das madeiras.

Considero que estamos a conseguir atingir os objectivos delineados na área. Alguns jovens necessitam de mais tempo para fazer as aprendizagens. Precisam de mais tempo de concentração, por exemplo o Carlos é um jovem muito esforçado e muitíssimo motivado para fazer a sua formação. O Eduardo é muito bom tecnicamente, e temos outros bons exemplos de que os objectivos estão a ser atingidos.

Qual o percurso de aprendizagens que os formandos têm de fazer, desde o início do curso?

Começámos em primeiro lugar pela geometria. Os formandos devem saber todas as técnicas de medição utilizando os apetrechos próprios para essa tarefa. Procuramos realizar objectos que congreguem as várias técnicas do trabalho em madeiras e também do restauro. Os Formandos já fazem a distinção entre os vários tipos de madeiras. Há jovens que já conseguem fazer algumas tarefas em autonomia, contudo importa dizer que os comportamentos são um factor fundamental nesta área pois a utilização de máquinas exige um bom nível de concentração, eles não se podem distrair quando estão a manusear ferramentas e máquinas. Todos nós sabemos que há jovens com uma problemática familiar e social que acaba por interferir no seu desempenho. Essa é a razão pela qual a formação tem de ser muito individualizada, pois cada um é diferente do outro.

Quais são, no seu entender, as perspectivas futuras em termos de integração nesta área?



Atelier de Madeiras



Professor Rui Martins

Penso que será mais fácil a inserção em mercado normal de trabalho na área de carpintaria pois o Restauro exige uma maior especialização e nem todos os formandos irão conseguir atingir autonomia nessa área. Eles já dominam bastante bem as técnicas de carpintaria, o corte, as medições, a colagem, os traçados etc. julgo que seria muito útil a aquisição de uma máquina multiusos, isso viria possibilitar a efectivação de alguns trabalhos, que agora não são possíveis de realizar.

Acha que os formandos estão num ambiente um pouco protegido, uma vez que estão sempre acompanhados, isso poderá ser um factor que possa dificultar posteriormente a sua inserção?

Eu procuro recriar um ambiente de trabalho como se eles estivessem numa oficina lá fora. Considero um factor muito importante os jovens estarem preparados para enfrentar o mundo e as adversidades que poderão encontrar, contudo a equipa de enquadramento fará o devido acompanhamento aquando da integração em mercado de trabalho.

Prof. Rui, como vê este seu trabalho?

Este é o meu 4º curso aqui na AFID, contudo este é o 1º destinado a pessoas com deficiência. É completamente diferente. Já dei formação no curso Artístico-Oficinal, no curso das Ajudantes Domiciliárias, no curso de Técnicos Auxiliares de Apoio a Pessoas com Deficiência, do qual a AFID conseguiu absorver 3 pessoas que são hoje nossos colaboradores nos Ateliers. Este curso é bastante diferente. As aprendizagens são muito mais lentas, deparamo-nos com problemáticas sociais, afectivas, familiares etc. Por vezes é difícil estar sozinho com 6 formandos com características tão diferentes.



Fig. 1 - Prémio/Mascote, Madeira e Jardragem

A AFID sempre teve como objectivo a formação profissional e a formação em exercício contudo o Programa Constelação veio de certa maneira colocar-nos novos desafios uma vez que passámos a lidar com jovens com deficiência ligeira e outros com dificuldades de aprendizagem, qual o balanço que faz no final de ano e meio de curso?

Penso que acima de tudo os jovens poderão fazer o balanço, mas julgo que no final de 1 ano e meio de curso, é possível perceber a sua satisfação e realização, pois trabalham com gosto.

Entendo que é muito importante manter-se a articulação entre a formação e o CAO no que respeita ao trabalho de madeiras pois existem tarefas de maior rotina em que os utentes se sentem bastante realizados, para além do factor do convívio e da interacção entre os dois públicos. Esta articulação tem sido possível com a colaboração da Isabel Ribeiro na área.



Carlos Santos



Mário Sousa



Fig. 2 - Mesa de cabeceira após restauro

Entrevista aos Formandos

Carlos Santos, 17 anos, formando no curso de Manutenção e Restauro de Madeiras, residente na freguesia da Buraca.

Sabes dizer-nos onde estás inserido? Em que programa?

Estou inserido no Programa Constelação na área de restauro de madeiras com o formador Rui Martins e a assistência de Isabel Ribeiro.

O que fazes na área de restauro de madeiras? O que já aprendeste?

Já restaurei um candeeiro que pertencia a um amigo do Nuno Quaresma (Sr. Miguel Mauritti), o candeeiro vinha cheio de buracos e ficou impecável. Já aprendi geometria, esquadria e agora estamos no restauro. Aprendi também a fazer medições e cortes nas madeiras. As minhas maiores dificuldades são em manusear a lixadeira de rolo e às vezes no corte permanorizado com a serra circular mas conto sempre com a ajuda do professor.

Qual é o teu grande objectivo de futuro?

O meu objectivo é tirar um curso. Eu já tenho o 9º ano e assim tenho mais facilidade em arranjar emprego. Penso que tenho condições para trabalhar no mercado normal de trabalho.

Como é que os teus pais te vêem actualmente?

Os meus pais vêem-me de uma forma mais responsável. Eu próprio sinto-me diferente. Estou mais responsável do que antes.

Ao nível da formação global e das acções de formação que tiveste este ano, qual a tua opinião?

As acções foram muito boas. Aprendemos coisas que nunca tinha ouvido falar. Aprendi muito sobre os meios de contracepção, pois assim temos mais capacidades para decidir o que fazer e como fazer. Aprendemos também informática e praticamos desporto.

Mário Sousa, 29 anos, Formando na área das Madeiras e residente na freguesia da Buraca.

Sabes dizer-nos onde estás inserido? Em que programa?

Estou na AFID há cerca de seis anos e desde o dia 17 de Março de 2004 que estou a tirar o curso de formação no Programa Constelação.

O que fazes na área de Restauro de Madeiras? O que já aprendeste?

Neste curso fazemos várias coisas. Fazemos bastidores para o atelier de pintura, restauramos mobiliário antigo. Para isso temos de tapar os buracos com betume e cola. Depois temos de lixar e polir a madeira; e, por fim, passamos bondex da cor da madeira.

Qual é o teu grande objectivo de futuro?

Desejo acabar o curso e arranjar um emprego para ajudar a minha família.

Como é que os teus pais te vêem actualmente?

A minha família está satisfeita e eu próprio também, porque assim posso contribuir e ajudar a minha família e contribuir para a casa como os outros. A minha família precisa da minha ajuda.

Ao nível da formação global e das acções de formação que tiveste este ano qual a tua opinião?

Acho que aprendi muito. Aprendi o que faz bem e o que faz mal à saúde e aprendi os direitos e deveres de estar em sociedade, pois todos nós temos direitos e deveres.

Gostarias de viver sozinho e ser independente?

Sim, gostava muito. Gostava de fazer a vida à minha vontade, mas é muito difícil.

Depoimentos recolhidos por Lutegarda Justo
(Directora Técnica e Pedagógica da AFID)



DESPORTO
BOCCIA

Campeonato Nacional de Boccia da BC2
Ricardo Galante recebe Medalha de Bronze

No dia 4, 5 e 6 de Março de 2005, estivemos em representação, como equipa de Boccia da AFID, na Madeira, sendo a equipa constituída pelo treinador adjunto Domingos Semedo, a treinadora Ana Sofia Fonseca e os atletas Duarte Nuno e Ricardo Galante.

No dia 4, por volta das 10h00 da manhã, o Sr. António Campelo e a Dr.ª. Lutegarda Justo foram-nos levar ao aeroporto. O avião partiu às 13h45 e seguiram connosco as Delegações de Coimbra e Faro. A entrada para o avião foi relativamente fácil porque fomos transportados por um carro especial que nos levou até ao avião. Foi uma viagem muito agradável e divertida.

Ficámos instalados na Quinta do Leme e conhecemos um pouco da Ilha da Madeira.

No dia 5 de Março realizou-se o primeiro jogo em que os dois atletas da AFID (Ricardo vs Duarte) jogaram como adversários. Em seguida o Ricardo e o Duarte jogaram, respectivamente, contra um atleta de Coimbra, de nome Alberto Cabete, e contra Sílvia Pedroso, uma atleta de Lisboa, e também contra um atleta dos Especiais. O Ricardo seguiu em frente passando aos Quartos de Final.

Depois da competição fomos passear pela Baixa do Funchal, fomos ver a praia e a praça, onde comprámos algumas recordações.

Na noite de Sábado ainda deu para conviver com as delegações participantes.



Ricardo Galante

No Domingo, dia 6 de Março, o Ricardo disputou os Quartos de Final contra Fernando Ferreira. Neste mesmo dia, depois do almoço, regressámos a Lisboa onde partimos por volta das 17h30 e onde chegámos, ao aeroporto de Lisboa, por volta das 19h00. Correu tudo bem. Foi uma viagem inesquecível para todos, que deixou vontade de lá voltar.

Campeonato Nacional de Boccia - Fase final

No dia 3 de Maio, chegou à AFID um fax a comunicar a desistência do atleta João Alves de Viseu. Por esta razão, Ricardo Galante foi chamado para disputar a fase final do Campeonato de Boccia.

No dia 6 de Maio por volta das 16h40, o atleta Ricardo Galante, a treinadora Ana Sofia Fonseca e a acompanhante Michele, partiram para Oliveira de Azeméis onde ficaram instalados no Hotel Dighton, que era de 4 estrelas.

No Sábado de manhã começaram as provas às 9h30. O primeiro jogo foi con-









tra um grande amigo do Ricardo, Pedro Silva de Lisboa, em que a vitória foi a favor da AFID, com o resultado de 4-1. Depois foi contra o Abilio dos Especiais e o resultado ficou em 4-2. Por último, Ricardo jogou contra mais um jogador dos Especiais e também ganhou. Os resultados fizeram com que fosse apurado para os quartos finais onde jogou novamente contra o Abilio e ganhou por 6-1.

No dia 7 de Maio disputou o segundo e terceiro lugar contra a Cristina Gonçalves de Lisboa e perdeu por 6-1, ficando em terceiro lugar do Campeonato Nacional.
A seguir ao almoço foi a entrega dos prémios. Ricardo recebeu a Medalha de Bronze.

Campeonato de Portugal em Viseu

O Campeonato de Portugal realizou-se nos dias 26,27,28,29 de Maio.

A Equipa de Boccia da AFID é constituida por Duarte Nuno, Ricardo Galante, Miguel Tintas e quem nos acompanhou foram as seguintes pessoas: Ana Mafalda Martins, Helena Silva e o treinador adjunto José Carlos Azevedo.

Saimos da AFID depois do almoço, parámos na estação de serviço em Cantanhede, para descansarmos um bocado, e seguimos viagem até Viseu.

O desfile foi no Pavilhão Multiusos em Viseu, onde houve a cerimónia de abertura. No dia 26 de Maio, desfilaram todas as equipas e entregaram aos atletas Paraolimpicos vários certificados ou diplomas.

No dia 27 de Maio começaram os jogos individuais onde participou o Ricardo Galante contra os seguintes atletas: o Abilio, a Emilia Lago, e o Atleta de Vigorosa, onde o Ricardo perdeu 2 jogos e ganhou 1.

À noite fomos dar um pequeno passeio ao Centro Comercial Palácio do Gelo onde tudo era muito engraçado. Ficámos instalados no Hotel Principe Perfeito. O Duarte dormiu com o Miguel Tintas e o Ricardo Galante dormiu com a Mafalda.

No dia 28 de Maio começaram os jogos de equipas contra Coimbra, A.P.P.C. Sul de Lisboa, e contra os Especais.

PRÉMIOS

Jantámos com os outros colegas, fomos comer um gelado ao Centro Comercial Palácio do Gelo e andámos no simulador, onde experimentámos vários jogos, como a Montanha Russa ou o jogo do Oceanário, de onde o Duarte não queria sair.

No dia 29 de Maio foi o encerramento e a entrega de prémios e depois despedimo-nos e fomos embora.

Duarte Nuno Dias
Ricardo Galante
(Alunos e Utentes AFID, Repórteres Diferença)

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



COMA BEM, VIVA MELHOR!

Dado os elevados índices de mortalidade e de morbilidade de pessoas com doenças cardiovasculares, é importante dar especial relevo a estudos de factores ligados aos hábitos de vida.

Esta doença diz respeito, geralmente, a qualquer doença que afecte o coração e os grandes vasos. Pressão arterial elevada, doença das artérias coronárias, a doença cerebrovascular, etc., são consideradas como exemplos de doença cardiovascular.

As causas das doenças cardiovasculares podem ser divididas em 3 grandes grupos de factores de risco: os que não se modificam, tal como a idade, o sexo e a história genética; os duvidosos, que ainda estão em fase de investigação; e os factores de risco modificáveis, como por exemplo, erros alimentares, sedentarismo, tabaco, obesidade e hipertensão.

Neste último grupo, a maior parte dos factores de risco estão ligados à adopção de um estilo de vida saudável, ou seja, abster-se de fumar, fazer exercício físico moderado e alimentar-se correctamente.

De entre esses, a alimentação merece especial relevo. As principais características de Alimentação/ Nutrição Saudável estão, nos dias de hoje, bem definidas em particular para os cientistas, mas, graças aos meios de comunicação social não são totalmente desconhecidas do público em geral.

Alimento é o nome que se dá a toda a substância complexa usada para nutrir os seres vivos. Nutriente é a substância indispensável à vida, que o organismo não pode sintetizar tendo que ser ingerido, habitualmente veiculados no interior dos alimentos. Incluem os aminoácidos, ácidos gordos essenciais, a maior parte das vitaminas e minerais.

Podemos já definir, de forma simples, que a alimentação saudável tem como características fundamentais ser variada e adequada às necessidades individuais, em relação ao fornecimento de energia e nutrimentos essenciais, obtidos com a ingestão de alimentos naturais, facilmente disponíveis, baratos, saudáveis e de bom paladar. Com o médico de família deve ser verificada qual a quantidade de calorias e o tipo de alimentos de que necessita diariamente, de modo a atingir ou manter um peso saudável.

Foi a partir da década de 60 que estudos epidemiológicos vieram demonstrar que

os indivíduos vivendo em certas regiões perto do mar Mediterrâneo apresentavam uma taxa de doenças crónicas inferior, tais como doenças cardiovasculares e o cancro. Além disso a sua longevidade era também maior.

Sendo Portugal um país localizado à beira do Atlântico, quando analisamos a alimentação tradicional dos portugueses (excluindo alguns erros como o excesso de sal, álcool e açúcar) podemos considerar que é equivalente à alimentação mediterrânea, logo considerada alimentação saudável. A alimentação mediterrânea é rica em alimentos vegetais frescos, cereais pouco polidos, frutos, gordura total (mais consumo de azeite), pouco consumo de carne e mais ingestão de peixe, principalmente salmão e sardinhas e um consumo moderado de vinho.

Apesar de serem muito pobres em gorduras e em calorias, os legumes, vegetais e frutos frescos são ricos em fibras e em outros nutrientes "preciosos" com propriedades antioxidantes. Estes nutrientes ajudam a "fortalecer" as nossas defesas contra a deterioração e o envelhecimento celular precoce. Acredita-se que alimentação rica em antioxidantes pode mesmo prevenir o aparecimento do cancro e da aterosclerose. Espinafres, brócolos, couve-de-bruxelas, cenouras, laranjas, tomate e pimento, são alguns exemplos de alimentos ricos em antioxidantes.

O pão não engorda e é um alimento a redescobrir, o de mistura, ou o de trigo pouco refinado ou o de milho feito com valores baixos de sal são os mais indicados.

Quanto à ingestão de gorduras, devem ser substituídas as gorduras saturadas pelas gorduras insaturadas - óleo de milho, de girassol, de cártamo ou óleos e margarinas especiais. No grupo das mono-insaturadas, a opção deve orientar-se para o óleo de amendoim e para o azeite. Como gordura de adição usar sempre o azeite pois é rico em ácido oleico e compostos fenólicos, actuando como antioxidante.



Cereais e derivados, tubérculos	4 a 11 porções
Hortícolas	3 a 5 porções
Fruta	3 a 5 porções
Lacticínios	2 a 3 porções
Carnes, pescado e ovos	1,5 a 4,5 porções
Leguminosas	1 a 2 porções
Gorduras e óleos	1 a 3 porções

Tal como acontece com as alterações do metabolismo lipídico e outros factores de risco das doenças cardiovasculares, também as relações existentes entre o consumo de álcool e a hipertensão arterial são bastantes vincadas. Têm sido ultimamente feitas muitas referências ao vinho como protector de doenças cardiovasculares. Com efeito, o vinho em geral, mas principalmente o tinto, contém substâncias antioxidantes. Convém salientar, elas provêm das cascas, das grainhas e da pele das uvas, com que o vinho é produzido, e não do álcool contido no vinho. Recomenda-se não ultrapassar 3 dl de vinho por dia, repartidos entre as duas refeições principais. As bebidas destiladas (whisky, aguardente, etc.) contêm grande densidade alcoólica e, por essa razão, devem ser apenas consumidas em dias de festa (e nem em todos).

Já dizia o poeta "mudam-se os tempos, mudam-se as vontades". Pura verdade! A rotina diária mudou, a oferta de alimentos e, por conseguinte, os apetites também. Pelo que a tradicional roda dos cinco grupos de alimentos também sofreu alterações.

Agora é composta por 7 grupos de alimentos de diferentes dimensões que indicam, precisamente, a proporção de peso com que cada um deles deve estar presente na alimentação diária:

Não possuindo um grupo próprio, a água assume a posição central na nova roda dos alimentos. Isto porque, está representada em todos eles pois faz parte da constituição de quase todos os alimentos. Por ser um bem tão essencial à vida recomenda-se o seu consumo diário na ordem dos 1,5 e 3 litros.

De uma forma simples e sucinta, a nova Roda dos Alimentos ensina-nos como



manter uma alimentação saudável, ou seja, completa, equilibrada e variada, ajudando deste modo a corrigir um dos factores de risco mais importantes para as doenças cardiovasculares - alimentação irracional.

José Machado
(MSD)

CRIATIVIDADE

Da Criatividade pela Arte no encontro e criação de outro modo de visão

Procuramos sustentar que uma prática educativa configurada por um paradigma estético concedendo à criatividade e à arte um papel activo no desvelamento e aprofundamento das capacidades perscrutadoras e reflexivas dos jovens visará o desenvolvimento equilibrado e harmónico do ser humano tornado pessoa.

Todavia, esta tarefa assemelha-se aqueloutra de Prometeu que, arrebatando o fogo aos deuses, permaneceu eternamente no monte Caucasus para expiar a sua ousada, senão vejamos: é um facto inelutável que toda a infância é um complexo processo de criatividade através do qual a criança integra tudo o que o mundo envolvente lhe vai ofertando e com esse material exterior vai construindo o seu próprio mundo. Mais, essa centelha criativa permanece na adolescência num incessante e premente esforço de compatibilizar aquilo que se espera face à realidade que nos circunda, daquilo que é pedido.

Problematização primeira: O que se entende por criatividade? Será que se assemelha ao gesto criador de um Fídias? Ou antes um eterno movimento centrífugo de conhecimento de si mesmo através do questionamento reflexivo, proporcionado, neste caso, pelo convite a uma outra transcendência? Será a criação de um objecto exterior ao sujeito, ou a recriação, melhor, a transfiguração interna do sujeito em si mesmo que se pretende?

Problematização segunda: Qual o tipo de motivação subjacente ao ensino actual? Qual a função interventiva da escola neste processo de apelo à criatividade do pensar? Qual o papel do educador no incremento de um ensino diferenciado? Qual a aposta da escola na promoção da criatividade? É a recriação, melhor, a transfiguração interna do sujeito em si mesmo que se pretende?

Ousamos responder com algumas questões: não será o ensino da estética, isto é, a compreensão da arte como meio de realização pessoal e expressão de uma identidade, uma forma de despertar os jovens do seu sono dogmático? Não será através da metáfora, dos símbolos que o ser humano se revê e se re-constrói a si, ao outro e ao mundo? Não será, igualmente, através da riqueza simbólica, presente na arte, que o homem roça o transcendente como forma de superação de si mesmo em busca de um Absoluto? Não será, também, através do ensino da estética que as interrogações, os temores, as esperanças melhor se expressam e se advinham? Não será através da arte que o ser humano se re-cria, através de movimento espiralados, ora concêntricos, ora excêntricos, como pessoa? Não será a arte o meio, por excelência, de exultar os sentidos e induzir o nous (espírito) no sentido de um pensar autónomo e criativo?

Como sustentar um ensino baseado na uniformização do pensar, se a realidade não surge como uma coisa única e homogénea? No fundo, o que caracteriza o homem, enquanto pessoa, é a riqueza e a subtileza, a variedade e a versatilidade da sua natureza, no dito de Marco Aurélio:

"Todas essas coisas que vês mudam imediatamente e já não serão; lembra-te constantemente de quantas mudanças já foste testemunha. O Universo- mutação; a Vida- afirmação"

Marco Aurélio
Pensamentos, Liv. III, 3







Neste sentido, encontramo-nos em consonância com Krishnamurti, filósofo não académico, que apela para uma incessante e premente auto-consciencialização do indivíduo que passa, precisamente, por um despertar dos nossos próprios pensamentos e sentimentos que, por sua vez, se desvelam à medida que a nossa autoconsciência se liberta do conformismo social.

Por outras palavras, trata-se de despertar, em nós e nos outros, o desejo de educação, de aprender a pensar sem preconceitos que obstaculizem e castrem o único verdadeiro guia na vida, numa palavra, a intuição.

Na verdade, este autor propõe-nos uma educação cujos pilares se traduzem por: emancipação, autonomia e auto-consciencialização do eu. Aqui, o medo, a ânsia de sucesso e o conformismo deixarão de ser bloqueadores de uma inteligência que se pretende dinâmica e cônscia de si mesma. Trata-se, no fundo, de uma revolta interna, intelectiva e penetrante que parte de nós mesmos para os outros, fazendo lembrar o adágio socrático: 'Conhece-te a ti mesmo'.
O cerne do pensamento de Krishnamurti remete-nos, por um lado, para uma viagem interior de crescente maturação e auto-conhecimento onde os principais motores de desenvolvimento pessoal são o discernimento, a liberdade e a intuição e, por outro, combate o perigoso processo de aniquilamento pedagógico da criatividade vigente, em largas medida, nas nossas escolas quer pela natureza dos programas, quer pela atitude mental e didáctica da grande maioria dos docentes, quando não se revelam anti-criativos, são pelo menos acriativos.

Por conseguinte, trata-se de alicerçar a educação intelectual à educação da sensibilidade, como sustenta o próprio autor:

"Não basta, portanto, dizer que todo o esclarecimento do intelecto só merece respeito na medida em que se reflecte no carácter; também ele emana de um certo modo do carácter, uma vez que o caminho para a cabeça tem de ser aberto através do coração (...) assim, a formação da capacidade de sentir suscita o aperfeiçoamento da inteligência."

Marco Aurélio
Pensamentos, Liv. III. 31

Trata-se, ousamos afirmar, de pensar com o corpo e sentir com o pensamento, precisamente porque a arte não visa o domínio da natureza, pelo contrário, permite à natureza, no seu poder criador, de se manifestar. Aliás, não podemos esquecer que a arte dá acesso a formas de experiências cognitivas que permitem derrubar vícios de pensamento e formas de pensamento que pretendam um conformismo vivencial.

Em suma, àqueles que afirmam: "A educação é aprender, e não criar" objectamos sustentando que aprender e criar são uma e mesma coisa pois criar implicar compreender, que por sua vez, enreda uma pessoalidade e apropriação da matéria que, por último, aponta para o desenvolvimento e solidificação de um pensar livre autónomo e crítico perante si, os outros e a realidade.

Sofia Carvalho
(Professora de Filosofia)

EXPOSIÇÕES





Proximidade e Semelhança

"Finalmente, julgo eu, seria capaz de olhar para o Sol e de o contemplar, não apenas a sua imagem na água ou em qualquer outro sitio, mas a ele mesmo no seu lugar."

A Alegoria da Caverna
A República, Livro VII, 514 - 517 a.C.
Platão

A fotografia de grupo, dos Artistas Plásticos integrados na Oficina de Artes da AFID, poderia ser a alegoria desse limite. O limite entre o cognoscível, que a custo se avista, a força de um fogo, fogueira, luz que existe à imagem de um Sol, e o inteligível, onde se procuram entender verdades para além do que na sombra se oculta.

Nesta interpretação cénica (da autoria de Mário Sérgio Rainha Campos) da obra "Martírio de S. Mateus" de Michelangelo Merisi di Caravaggio, alguns dos autores da AFID teatralizam a Arte e enunciam o Barroco definindo-o pela sua própria, excessiva, encenação.

Para além do conceito estilístico está a ideia fundamental de que a entreajuda, solidária, interdependente, auto e aloconsciente, motivada, conduz ao triunfo, na Superação.





"A força não provém da capacidade física mas sim de uma vontade indomável"

Mahatma Gandhi

Não apenas a sua imagem na água ou em qualquer outro sitio, mas ela mesma, esta força, no seu lugar, é o valor activo, intrínseco, que legamos encontrar nas obras de arte executadas pelos nossos Alunos e Artistas Especiais.

Na proximidade e à semelhança de autores como Caravaggio, Carraci, Poussin, La Tour, Lorrain, Murillo, Ribera, Zurbarán ou Velasquez, encontramos hoje, como ontem, o claro-escuro, as paisagens heróicas, as cenas nocturnas, a poesia da luz, o cromatismo quente, as paisagens delicadas e a retratística veemente, em novíssimas representações e elaborações de autores como Nuno Geada, Mário Sousa, Paulo Fonseca, Margarida Baptista, Pedro Martins, Andreia Bulhão, Maria João Gil, Linda Pires ou Ana Clara Cruz.



A Arte e o Artesão

No século XVII, era somente nas oficinas de pintura e entre os artistas que se empregava o termo "barrocar" para designar o desenho sinuoso dos móveis e a dissolução dos contornos sólidos da pintura.

Estamos no século XXI, e entre nós, nas Oficinas de Artes da AFID, continuamos a "barrocar" matéria prima em obras de Arte e Artesanato, sofisticadas pela sua abordagem contemporânea, e ainda assim imbuídas nas antigas tradições do desenho, pintura, cerâmica, maderas, papel e tecelagem.

No catálogo, que acompanhou e celebrou três eventos centrais - a Exposição de Artes e Ofícios "Proximidade e Semelhança" na Assembleia da República, a Exposição de Artes Plásticas e Design no IADE, ambas entre 18 e 20 de Março de 2005 e no âmbito da Semana da Juventude da CML, Dia do Estudante e Dia da Juventude (24 e 28, respectivamente) e a Feira Social, 1ª Mostra Anual da Acção Social Portuguesa, entre 18 e 20 de Março de 2005 - pareceu-nos lícito reflectir sobre a importância da obra de arte produzida por autores em situação de desvantagem física e mental, similitude de condição e riqueza destas produções e autores, e a contiguidade deste trabalho e dos seus produtores das "Mainstream", principais correntes de produção cultural nacionais e internacionais.

Contudo e sem extrapolar demasiado a missão da AFID, que é fundamentalmente social, consideremos três asserções exemplares:



Figura A

"É, sem sombra de dúvida, uma enorme vantagem falar, através de um telefone, com um homem nos Antípodas, a sua vantagem depende inteiramente do valor daquilo que os dois homens têm para dizer um ao outro."

"Um comboio que transporta um inglês comum através de Itália, à velocidade de 40 milhas por hora e que lhe faculta finalmente o repouso, sem nenhuma memória desse país encantador, se visse enganado na chegada a Roma, ou porventura tivesse iniciado a viagem com um péssimo jantar em Verona, não se veria a si, ou à própria civilização, elevados a melhor condição."

"Parece-me melhor pintar sobre o desenho de um braço, por exemplo, de uma rapariga, tapando-o, que interromper as



duas linhas que o definem com outras duas perpendiculares, com a pretensão de assim melhor o cobrir (o braço) com a representação de um panejamento."

As duas primeiras considerações são parábolas retiradas dos ensaios e discursos de Oscar Wilde sobre a Arte e o Artesão ("Art and the Handicraftsman", Londres: Methuen e Co. 1908) e debruçam-se sobre duas questões essenciais da reflexão artística:

1ª- a relação de valor entre o conteúdo, que se exprime, e o veículo dessa expressão.
2ª- a justa relação de importância entre a obra artística, enquanto fim, e os meios e processos que conduzem à sua finalização.

A terceira consideração, directa, é retirada de um diálogo com Pedro Martins, Artista Plástico na AFID.

Reporta directamente a um exercício (ilustrado na figura A) onde o intuito redundava na descrição, passo a passo, com o recurso ao desenho, dos elementos de uma figura observada.

Justamente, o Pedro propôe reforçar a acção do pano com uma ocultação, pintada (riscada) por cima do braço.

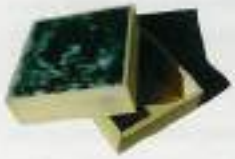
O pano ocultava, por vocação e sem sombra de dúvida, uma porção do braço. É naturalmente sensato utilizar um recurso semiótico desta natureza para fazer esta descrição, tal como se desvendou absolutamente sensato representar frontalmente o olho ou assumir o perfil do nariz como recursos semióticos de clarividência descritiva e comunicativa em figurações Cubistas como são exemplo as obras de Pablo Picasso.

Oscar Wilde lega-nos um discurso vivo e coerente sobre conteúdo e processo, na relação entre o artista e a sua obra, e o Pedro lega-nos o discurso activo da forma, na sua infinita riqueza.

Foi sobre o contributo formal destes jovens autores que esta Exposição de Primavera 2005 se debruçou e é este também o seu contributo para a descoberta e desvelamento das Maravilhas de um Mundo, que todos queremos mais inclusivo, e que estes autores diariamente ajudam a construir.

Nuno Quaresma
(Professor de Pintura - AFID)

CATÁLOGO



1 - Caixa mista
Maria João Gil



2 - Fatalidade no rompe-luva
Ana Carvalho



3 - Vicente, Bolota, Rex e Mac
Linda Pires



4 - Pai Natal... Hó! Hó! Hó!
Pedro Martins



5 - Rapaz com cabelo ao vento
Nuno Gaudo



6 - O campino
Bruno Rodrigues



7 - As flores
Ana Rita Pimenta e Pedro Correia



8 - O Ferrolho
Ana Carvalho



9 - Casa quase
Antonio Gonçalves



10 - A tourada
Nuno Gaudo



11 - Sol-mate no prato
Margarida Baptista



12 - Os namorados
Ana Carvalho



13 - Boneco de neve
Pedro Martins



14 - Menino sentado
Pedro Martins



15 - Tangerina sempre fresca
Colectivo Cerâmico



16 - Malga para sopa
Filipa Santos



17 - Cano pequeno
Vitor Tavares



18 - Fios Calabrita
Sonia Leira



19 - A lamparina
Ana Rita Pimenta





20 - Porta velas
Sónia Leira e Equipa Consolação



21 - Almofada
Ricardo Galante e Ana Carvalho



22 - Peças individuais
Maria João Sarmento



23 - Mala
João Nabais



24 - Colecção
Filipa Santos

A BIGGER SPLASH





"A Bigger Splash"
O Mergulho

" Bárbara: Eles fumam outras coisas, certamente. Com esse cigarro tu incorporas no máximo um pintassilgo. Não acredito que um pintassilgo tenha acesso aos grandes mistérios do Universo.

...Jorge (tossindo): Tens razão. Não vou longe com isto. Nem os pequenos mistérios eu alcanço. Mas ainda assim apazigua-me. Eu fumo como quem reza."

In "Guião - A Bigger Splash", 6ª versão, 2004, José Eduardo Agualusa.

No dia 20 de Maio de 2005, 6ª feira, estreou pelas 22.30 h, na RTP 1, "O Mergulho", o primeiro de sete telefilmes adaptados a partir de contos de autores portugueses contemporâneos, série designada por Amores Desamores.

"A Bigger Splash", título original do conto de José Eduardo Agualusa (autoria e adaptação), é-nos revelado pela visão narrativa do Realizador Jorge Paixão da Costa e apoiada por um elenco em que se destacam as interpretações de Ana Bustorff, Adriano Luz, Leonor Seixas, José Boavida, Flávio Galvão, Patrícia André e Bruno Bravo.

"O Mergulho" introduz-nos na história de um fumador "compassivo", eixo de um triângulo amoroso, de uma doença terminal, de duas mulheres divididas entre o afecto e decisões irreversíveis, vinculativas, e de um quadro, ou melhor, a sua cópia - A Bigger Splash - de David Hockney.

Esta tela é o ícone congregador deste momento na vida das personagens, da sua emancipação, assistindo à transformação que se opera no decorrer da história e transmutando-se durante o processo.
Como espectadores, congratulamos a excelência da obra, como conjunto literário e cinematográfico, e aproveitamos para sublinhar a qualidade da participação que, de forma tão especial, nos permitiu comungar da intimidade da sua produção.



Os artistas, associados e aglutinados pelas Oficinas de Artes da AFID, foram assim convidados por Antónia Seabra, Directora de Produção da Série (convidada para esse efeito pela RTP - Meios de Produção), a desenvolver a interpretação do "A Bigger Splash" original e a disponibilizar algumas das peças que durante o telefilme serviram de espólio artístico, de colecção de arte contemporânea, na residência da personagem principal e na galeria (Galeria António Prates), que no enredo representa a pedra angular da sua actividade e motor das suas representações, sempre contextualizadas no mundo da Pintura.

A prática não é inédita, tratando-se do segundo filme em que as obras dos autores integrados na AFID preenchem o lugar simbólico de obras consagradas, propriedade de personagens/ coleccionadores carismáticos.

À RTP- Meios de Produção, louva-se a visão deste convite, o profissionalismo na relação, detalhes logísticos e de produção, a menção em ficha técnica ao trabalho destes autores, e de todo o cuidado dispensado às obras e sobretudo, às pessoas, aos artistas.

"Gabriel (rindo): É a borboleta olhando a lagarta... pensando: eu vim dali?...
O melhor da vida é que podemos sempre mudar de vida"

In "Guião - A Bigger Splash", 6ª versão, 2004, José Eduardo Agualusa.

N.Q.

RTP MEIOS DE PRODUÇÃO

colecção VIP Dominó



Colecção VIP, Oficina de Artes da AFID/ DOMINÓ, Industrias Cerâmicas, S.A.

As quatro colecções de revestimento cerâmico lançadas na série VIP, com produção e comercialização na DOMINÓ, Industrias Cerâmicas, S.A., são um exemplo de referência no âmbito da Responsabilidade Social sustentável, demonstrando a amplitude do espectro de possibilidades de integração digna e positiva do trabalho executado por pessoas com deficiência.

A iniciativa completou, no passado mês de Maio, um ano sobre a sua concepção e materialização que mereceu uma evo-









cação na última edição da Tectónika - Feira Internacional de Construção e Obras Públicas, que decorreu entre os dias 10 e 14 de Maio deste ano.

Durante este ano procedeu-se à dissemi-nação e distribuição deste produto no mercado Nacional e Estrangeiro, sendo agora possível encontrá-la junto a distribuidores e agentes em Espanha, França, Reino Unido, Holanda, contando já com uma apresentação de sucesso em Itália.

As reacções nacionais e internacionais são francamente positivas, verificando-se uma excelente e receptiva resposta à cor e alegria que animam estas colecções e naturalmente à característica social da iniciativa. Junto ao agente e público holandês a resposta foi sobremaneira calorosa exactamente pela ênfase na responsabilidade social dos produtos Dominó.

Toda a estratégia de promoção passou pela construção destes ambientes VIP nas lojas dos clientes e da sua divulgação segundo os modelos apresentados no lançamento das colecções, com uma aposta numa comercialização selectiva e qualitativa (VIP) e não massiva, sustentada na elaboração do Design e processos de fabrico e naturalmente no apoio consagrado à AFID e à sua missão junto à comunidade.

Em Portugal a adesão a estes ambientes DOMINÓ/ VIP tem ocorrido no Centro - Sul, o que também está relacionado com o tamanho da peça, existindo já ambientes paradigmáticos como é o Bar do Hospital de Águeda.

É ainda notável a preocupação inclusiva da Dominó, Industrias Cerâmicas, S.A., que tem construído stands completamente acessíveis, contribuindo para uma Tectónika também ela mais integradora, continuando a acarinhar os nossos jovens autores dentro dos seus espaços, recebendo-os calorosamente e valorizando-os junto a um trabalho para cuja edificação deram um contributo definitivo.

Honramos assim e porfim os primeiros os autores dos motivos das quatro colecções VIP - António Gonçalves, Gisela Baptista, Helena Duarte e Paulo Fonseca (Alunos e Utentes AFID) - que, na excelência do seu trabalho, alicerçaram a qualidade de um produto que é, em todos os aspectos, admirável.

N.Q.

Para mais informações consultar:
www.domino.pt
Rita Santiago 239 949 800

POUSADAS DA JUVENTUDE









Pousadas da Juventude - Lisboa e Almada

A Movijovem tem uma responsabilidade social que a leva a constituir parcerias com diferentes organizações em áreas de interesse muito diversificadas, no entanto, há parcerias que nos dão mais prazer que outras. A que recentemente celebrámos com a AFID, traz-nos individualmente uma recompensa difícil de traduzir em palavras.

Na minha primeira visita ao atelier dos artistas, mal saio do carro já ando às voltas com um cão que se enrola nas minhas pernas, provavelmente habituado às muitas festas que os membros da AFID distribuem generosamente. A chegada ao atelier é vivida como um regresso a um lugar que há muito deixámos, na correria que é a nossa vida diária, as boas vindas são dadas pelo Nuno, que se encarrega de nos apresentar, os apertos de mão e beijos multiplicam-se, assim como os sorrisos rasgados. "eu sou o mais alto da AFID", diz-nos o Pedro, "este fui eu que fiz", é uma frase orgulhosamente repetida por cada um dos artistas. "Eu vou casar!" anunciou-nos o Luís, ao mesmo tempo que nos convida para a sua festa, até a senhora que veio do frio, de certo se deixou cativar pelo conforto destes carinhos dados sem restrições ou limites. Estes artistas não têm esquisitices e por isso, com um pouco de tela e um pedaço de madeira, fazem obras de arte, algumas delas até já premiadas. Presenteiam-nos com descrições mais ou menos prolongadas das suas preciosas obras, são felizes, e a nós fizeram-nos sentir em casa, como se nos conhecessem há muito.

Quanto às Pousadas de Juventude, tornam-se mais alegres, coloridas e humanas conforme vão sendo colocados os "Picassos" dos nossos artistas. Estes "Picassos" para nós representam os beijos do Luís, os abraços do Pedro e o olhar terno do Paulo, que queremos partilhar com todos aqueles que nos visitam. Certos de que quantas mais pessoas virem estes abraços, maiores eles ficam, na esperança de um dia este abraço da amizade, fraternidade e solidariedade, abrace o mundo. Por enquanto, ainda só temos obras nas Pousadas de Juventude de Lisboa e Almada, mas em breve de norte a sul espalharemos pelas Pousadas os beijos e abraços dos nossos artistas do coração. Obrigada.

Elisabete Conceição
(Directora Comercial - Movijovem)

FIARTIL



Um coração cheio

"Um coração cheio de luz e cor é aquilo que as Instituições que integram a Comissão para a Pessoa com Deficiência do Concelho de Cascais (CPD) querem mais uma vez mostrar em nova edição da FIARTIL.

Uma alegria de viver que se espelha, que se traduz nos trabalhos dos seus membros, e nas suas próprias atitudes, com as quais, de novo, querem e irão demonstrar que as diferenças que aparentam não os impedem de ser felizes, de se realizarem e de constituirem uma lufada de esperança e de ar fresco num mar de derrotismo e pessimismo que neste momento invade a sociedade portuguesa.

Nesse domínio, os cidadãos portadores de deficiência querem ser e marcar claramente a diferença pela positiva. Por isso, querem que o seu stand acolha todos os visitantes com um coração cheio de luz e cor."

Rui Rama da Silva
O Vereador da Acção Social e Presidente da CPD
(Junho 2005)

A 42ª FIARTIL, Feira de Artesanato do Estoril, que teve lugar entre 23 de Junho e 28 de Agosto de 2005, foi um evento exemplar que congregou os esforços das Instituições que compõem o CPD, por forma a promover, dignificar e integrar o artesanato e obra artística de Autores com Deficiência.

O resultado foi francamente positivo numa iniciativa que se desdobrou no seguinte calendário de actividades :

Exposição / Venda de artesanato no stand da CPD:

23 de Junho a 4 de Julho 2005, exposição de pintura colectiva
4 de Julho a 1 de Agosto 2005, cerâmica, madeira, Arraiolos, têxteis
1 de Agosto a 28 de Agosto 2005, velas, cartonagem, missangas, bijuteria

Artesanato ao Vivo:

24 de Junho 2005, AFID, Workshop de pintura
29 de Junho 2005, AFID, Workshop de pintura
11 a 14 de Julho 2005, LPDM CRS, Artes Decorativas
15 a 17 de Julho 2005, CNAD, Têxteis e Cerâmica
18 a 21 de Julho 2005, LBV, Artes Decorativas
19 a 31 de Julho 2005, CNAD, Têxteis e cerâmica
1 a 5 de Agosto 2005, APD, Barro / azulejo

Instituições Participantes:
ACM - Associação Cristã da Mocidade - Acção Sócio Cultural; AFID - Associação Nacional de Famílias para a Integração da Pessoa Deficiente; APD - Associação Portuguesa de Deficientes - Delegação de Cascais; APPACDM - Lar Casa de Alapraia (Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental); ARIA - Associação de Reabilitação e Integração Ajuda; Centro Comunitário Paróquia de Carcavelos; CERCICA - Centro de Reabilitação Profissional de Cascais; CNAD - Cooperativa Nacional de Apoio a Deficientes; LBV - Lares de Boa Vontade; LPDM-CRS - Liga Portuguesa dos Deficientes Motores Centro de Recursos Sociais.

O mundo cabia nas minhas mãos...

Para além da iniciativa expositiva foi ainda editado um catálogo - "stand 35"- aglutinador de uma selecção exemplar e elucidativa da diversidade e riqueza deste trabalho, com informação sobre as obras expostas, Autores, Instituições com projectos de acompanhamento nesta área, publicação que esperamos poder vir a constituir uma referência entre as edições



dedicadas a esta temática.

Uma das obras em destaque neste catálogo é "O Amigo", da autoria de Margarida Baptista, já adquirida para colecção particular durante o evento, que se faz descrever da seguinte forma:

"O mundo cabia nas minhas mãos, eu é que em mim não cabia... de alegria.
Saí num dia de sol e encontrei apenas amigos. Todos me perguntaram:"Porque envergas o teu fato de cerimónia?"
E respondi que naquele dia, como hoje, engraxava os sapatos e trajava a rigor para celebrar o amor.
Nos meus braços carrego hoje um mundo de coisas que te quero dar.
E é assim que do mundo recebo, porque dar é receber, porque quando te entreguei o que levava, vi que em mim não cabia o calor das tuas mãos, o peso dos teus braços, o sabor dessa alegria.
"Digo-vos, quanto mais penso, mais eu sinto que não há nada mais verdadeiramente artístico que amar as pessoas."

Vincent Van Gogh

N.O



Ana Clara Cruz

CD-Rom
Uma aventura em Cascais... Aprender, brincar e ajudar a construir sem barreiras.



"Uma aventura em Cascais..." constitui uma iniciativa da CPD desenvolvida no âmbito das comemorações concelhias para o Ano Europeu da Pessoa com Deficiência 2003. Aprender, brincar e ajudar a construir sem barreiras, é um desafio que se lança a todos, em particular aos professores e às crianças, no sentido da construção de uma sociedade cada vez mais inclusiva.

E se o espaço público é ainda hoje uma pista de obstáculos, muitas vezes intransponível para as pessoas que apresentam uma mobilidade condicionada, educar no sentido da acessibilidade para todos torna-se um exercício urgente de cidadania, fundamentalmente se pensarmos que poderíamos ser nós os protagonistas desta "Aventura em Cascais"!

A autoria deste produto interactivo é da da CPD - Comissão para a Pessoa com Deficiência do Concelho de Cascais, com design (ideia original, produção e animação gráfica) de Rodrigues Design, Lda. e edição da Câmara Municipal de Cascais. Os requisitos mínimos para a sua utilização são:

- Windows 98 (aconselhado Windows XP)
- Pentium 3
- Memória RAM 256 MB
- Placa de Vídeo
- Placa de Som
- Leitor de CD

Para mais informações contactar CPD-LPDM-CRS
Tel: 213616927 Fax: 213616928
Email: crva@lpdm-crs.pt

Editor

Centro de Pedagogia e Animação do Centro Cultural de Belém

O Centro de Pedagogia e Animação do Centro Cultural de Belém (CPA) tem uma vasta oferta de oficinas de artes, de espectáculos e exposições para crianças e jovens. Para o final do segundo semestre estão calendarizadas algumas actividades de insofismável interesse que vos propomos como sugestões culturais de Outono:

Mercadinho do Equinócio
Uma feira feita por e para meninos
No equinócio, vamos organizar um mercadinho de objectos que se trazem lá de casa. Todos os pais, avós, tios, primos e demais família estão convidados a apoiar os pequenos vendedores.

Dia 25 de Setembro, dás 10h às 19h, no Jardim das Oliveiras.
Inscrições de entrada livre (21 361 28 99)

Exposição de ilustração - CIRCUS, Itália
O universo circense numa mostra de ilustração que reúne um conjunto de artistas de todo o mundo. O circo, as suas histórias e acrobacias apresentadas em diferentes traços e técnicas de ilustração que estimulam o público a olhar este tema também de lápis e pincel na mão, através das várias oficinas que lhe oferecemos.
De 26 de Outubro a 27 de Novembro, na Sala Laman.

Ping
A história do pássaro que não sabia voar
Espectáculo de teatro, sobre Ping, um pássaro que não sabe voar, que nasceu sozinho e não sabe bem quem é. O sonho de voar fá-lo descobrir o mundo à sua volta. Ping transforma-se numa criatura maravilhosa do fundo do mar.
De 5 a 13 de Novembro, na Sala de Ensaio

Tapetes Contadores de Histórias. Exposição e contos para ver deitado

Os tapetes contadores são o lugar de histórias bordadas à mão, onde se escondem segredos que as fábulas e os contos revelam a quem se deitar neles. Nestas oficinas de histórias, os olhos vão percorrer esconderijos de tesoura em punho, enquanto a história se coze nas palavras dos contadores.

De 28 de Novembro a 17 de Dezembro, nas salas A e D do CPA

No CPA existe uma política de acessibilidade à programação, sendo cada entrada 2,00 € nos dias úteis e 3,00 € ao fim-de-semana, existindo uma percentagem de entradas disponíveis para oferta a grupos com dificuldades sócio-económicas (segundo solicitação, ao cuidado de Madalena Vitorino, Assessora do CPA, ccb@ccb.pt).

Informações e Inscrições no Centro de Pedagogia e Animação / Centro Cultural de Belém (21 361 28 99)

Editor











MSD

Dedicamos a nossa vida a melhorar a sua

Merck Sharp & Dohme
Qta. da Fonte Edif. Vasco da Gama, 19
P.O. Box 214
2770-192 Paço D' Arcos
www.msd.pt

univadis.pt
medicina e muito mais