



C.E.C.D. Mira Sintra  
Centro de Educação para os Cidadãos da Condição, A.B.L.

### Editorial



**Carmen Duarte**

Presidente da Direção

#### Caros Amigos,

A celebrar 39 anos de existência, o C.E.C.D. Mira Sintra faz o balanço do trabalho desenvolvido.

Ao longo do tempo, temos vindo a crescer de uma forma sustentada, com rigor e segurança na gestão aceitando desafios em função das necessidades sentidas quer pelos nossos clientes quer pelas suas famílias. Também temos tido a preocupação de melhorar os nossos serviços apostando no estudo, aprofundamento e prática de metodologias centradas no cliente, indo ao encontro dos seus sonhos e anseios, criando novas oportunidades de conhecimento na/da comunidade e proporcionando a sua visibilidade e inclusão na sociedade a que pertencem.

A promoção dos seus direitos, o respeito pela diferença e a valorização das suas capacidades continua a ser um ponto forte da nossa Casa. Trabalhar transversalmente, aproveitando os recursos existentes e partilhando os diversos saberes são uma fórmula que nos enriquece e que cada vez mais procuramos pôr em ação.

Na vida, nada se constrói sozinho e o CECD tem vindo a desenvolver e a construir fortes laços com a comunidade onde estamos inseridos, estabelecendo parcerias, trabalhando em função da responsabilidade social que cada parceiro defende e concretiza, permitindo não só a inclusão dos nossos clientes como a melhoria da sua qualidade de vida.

Dar voz aos nossos clientes, ouvi-los e apoiá-los na concretização dos seus sonhos, ajudá-los a percorrer o seu caminho para a independência tem sido, também, um dos focos do nosso trabalho.

Neste momento especial para todos nós, pela força, pela confiança, pelo empenho, pela dedicação e pelo carinho... a todos os que nos acompanham e nos ajudam a ser quem somos, o nosso MUITO OBRIGADA e votos de umas FESTAS FELIZES.

Esperamos que vos agrade a leitura.

#### PRODUÇÃO E EDIÇÃO DE CONTEÚDOS:

Gab. de Marketing & Comunicação  
Andreia Montes e Sónia Rodrigues  
comunicacao@cecdmirusintra.org

#### MAIS INFORMAÇÕES:

Av. 25 de Abril, nº 190, Mira Sintra  
2735—418 Cacém

Tel. 21 918 85 60



Site: [www.cecdmirusintra.org](http://www.cecdmirusintra.org)

[www.facebook.com/CecdMiraSintra](https://www.facebook.com/CecdMiraSintra)

### Formação Profissional e Emprego Protegido participam em Projeto de Educação Financeira

Combater as desigualdades existentes no acesso à educação financeira e à informação sobre os serviços financeiros das pessoas com deficiência, ao mesmo tempo que contribui para a igualdade de oportunidades e inclusão na profissão e na sociedade é o objetivo do projeto “Conta Comigo”, que une a Associação para o desenvolvimento de uma Economia Solidária e Sustentável (AESS) e o C.E.C.D. Mira Sintra em parceria com empresa Resiquímica. Dirigido aos formandos do Centro de Formação Profissional (C.F.P.) e aos colaboradores em regime de emprego protegido da Curva Quatro - Centro de Emprego Protegido (C.E.P.), esta iniciativa está organizada num total de 8 sessões que deverão terminar em meados de dezembro. Este projeto tem como objetivos específicos transmitir informações básicas e fundamentais acerca do sistema financeiro; proporcionar

aprendizagens significativas relacionadas com estes conceitos; conhecer e compreender os conceitos relacionados com o dinheiro, as suas diferentes formas e as possibilidades limitadas do mesmo; conhecer o sistema de crédito e empréstimo disponível para as pessoas com necessidades de formação e integração profissional; desenvolver competências de recolha e leitura de informações acerca dos conceitos financeiros; desenvolver hábitos de poupança e consumo saudáveis e responsáveis; potenciar a reflexão crítica relativa ao consumo, produtos financeiros e informações recolhidas; apreender a exercer os seus direitos enquanto consumidores; desenvolver competências de planeamento para a concretização de metas; promover a autonomia, competências pessoais e sociais através da troca de opiniões e vivências.



No Centro de Emprego Protegido



No Centro de Formação Profissional



## Novo Workshop do CMR Voz e Linguagem

A Clínica de Medicina e Reabilitação do Centro de Educação para o Cidadão com Deficiência organizou um *workshop* sobre "Linguagem e Voz", dia 7 de novembro, em Mira Sintra. Com a chegada dos dias frios aumenta a preocupação de ter uma boa saúde vocal, acrescida por uma atividade profissional de maior exposição deste instrumento precioso. O encontro foi composto por duas ações, "Linguagem" das 10:00 às 12:30 horas e "Voz" das 14:00 às 16:30 horas. De acordo com as terapeutas Laura Gonçalves e Teresa Carvalho, o módulo sobre "Linguagem" teve como objetivo abordar as áreas de intervenção da Terapia da Fala com maior enfoque na Comunicação e Linguagem. "É essencial estar atento ao desenvolvimento da Linguagem para poder intervir eficaz e atempadamente. Abordámos os sinais de alerta e a necessidade de recorrer à Terapia da Fala. Partilhámos ainda algumas estratégias para intervenção juntos das crianças com atraso na linguagem e perturbações articulatorias", afirmam as especialistas. Relativamente ao módulo da "Voz", e pelo facto de alguns profissionais apresentarem maior risco de disfo-

nia (rouquidão) ou cansaço vocal, uma vez que é esse o seu instrumento de trabalho principal, as terapeutas alertaram para os cuidados a ter no dia a dia. "Partilhámos alguns exercícios que poderão executar e que permitem uma boa qualidade vocal". Cada ação individualmente teve o custo de 12,50 euros. Ao inscrever-se nas duas ações o valor associado foi de 20 euros.



## Palavras decisivas para vidas ativas: Viagem de Estudo a Portimão

### Testemunhos dos Formandos do Centro de Formação Profissional

Gostei muito do Passeio. Fomos ao Hotel Alvor. Depois fomos à piscina da Pousada da Juventude. Depois do jantar, estivemos a dançar. No dia seguinte, fomos ao zoomarine. Estive nos escorregas. Também gostei de ver os golfinhos e também gostei de andar na Roda Gigante onde nunca tinha andado.

#### Paula Rodrigues

Gostei de ir ao Algarve, foi a primeira vez. Gostei de lá ir porque a cidade era gira. Gostei de ir ao zoomarine e andar de escorregas. Gostei da Pousada da Juventude. Diverti-me muito. Eu visitei o Hotel Pestana Alvor e gostei muito.

#### Marta Nascimento

Gostei do passeio ao Algarve. O que mais gostei foi do Hotel de 5 estrelas e de ver os golfinhos no Zoomarine. Gostei de andar nas diversões. Foi uma boa experiência para mim porque nunca tinha andado de autocarro e nunca tinha ido a lado nenhum.

#### Cleidira Tavares

No passeio que fomos ao Algarve à cidade de Portimão, primeiro instalámo-nos na Pousada que era muito agradável e tinha um espaço bonito. Gostei muito da piscina e diverti-me muito. O que mais gostei foi quando fomos para a piscina da Pousada e da noite porque dançamos e também gostei muito de ir visitar o Hotel de 5 estrelas. Era o máximo e também gostei muito do Zoomarine. Foi uma experiência muito agradável e obrigado a toda a gente pois ainda não sou formanda e deram-me esta oportunidade de ir. Agradeço a todos do fundo do coração, porque diverti-me muito e obrigado por tudo.

#### Vanessa Tavares

Sabia que...

## Participámos no Car Boot Sale da WRVS?

A convite da Womens Royal Voluntary Service (WRVS), parceira do C.E.C.D. Mira Sintra, participámos no *Car Boot Sale*, um evento cujo objetivo foi vender objetos utilizando a bagageira dos respetivos veículos e que teve lugar no recinto da Feira de Carcavelos. Os valores obtidos através da marcação de locais de venda reverteram a favor de instituições de solidariedade social, de entre as quais o C.E.C.D. Mira Sintra. Participámos através da venda dos produtos que elaborámos no Centro de Atividades Ocupacionais em conjunto com os clientes. Obrigado à WRVS pelo convite!



## Estamos a participar no projeto PAR?

O projeto PAR (Promover a Auto-representação) é uma iniciativa promovida pela Fenacerci (Federação Nacional de Cooperativas de Solidariedade Social) o qual tem como objetivos principais implementar uma Plataforma Nacional de Auto-representantes e potenciar as capacidades comunicacionais dos auto-representantes de todo o país, estimulando a interação entre si. Simultaneamente, é importante divulgar e promover a Convenção dos Direitos das Pessoas com Deficiência, tentando identificar todas as organizações interessadas em construir esta plataforma. Em representação da nossa Organização estão dois clientes do Centro de Atividades Ocupacionais (CAO) e uma formanda do Centro de Formação Profissional (CFP). O lançamento desta plataforma realizou-se dia 3 de dezembro, Dia Internacional da Pessoa com Deficiência.



## Trabalhando, existimos!

Laura Pimpão, Psicóloga da Curva Quatro



A marca Curva Quatro traz consigo a assinatura "Trabalhando Existimos", que decorre da perspectiva de que a construção da carreira resulta de processos interpessoais e interpretativos, direcionando o desenvolvimento vocacional e fornecendo significado ao *self*. É através das relações interpessoais que a pessoa com Dificuldades Intelectuais e Desenvolvimentais (DID) encontra sentido em si e no mundo. Esta constrói a sua carreira integrada em contextos sociais que a influenciam (Savickas, 2005<sup>1</sup>), observando-se uma interação com oportunidades e restrições contextuais promotoras de desenvolvimento. Também as pessoas com DID assumem diversos papéis sociais que se desenvolvem no espaço de vida e que engloba os papéis sociais assumidos e respetivos contextos em que se manifestam, observando-se a existência de padrões mutáveis de papéis centrais e periféricos (Savickas, 2011<sup>2</sup>; Super, 1957<sup>3</sup>). Sendo objetivo do CEP-Curva Quatro proporcionar às pessoas com DID o exercício de uma atividade profissional e o desenvolvimento de competências socio-pessoais e profissionais necessárias à sua integração, "Trabalhando Existimos" evidencia a centralidade do trabalho na vida das pessoas com DID, construindo-se na matriz construtivista de desenvolvimento, que entende o trabalho enquanto uma das formas de dar sentido e significado à vida, permitindo resolver necessidades de competência, autonomia, pertença e afiliação (Blustein, 2006<sup>4</sup>). Esta perspectiva salienta o facto da pessoa com DID se constituir também pelo trabalho, enquanto promotor de identidade individual e social e facilitador de integração social (Pimpão, 2015<sup>5</sup>).

<sup>1</sup>Savickas, M. L. (2005). The Theory and Practice of Career Construction. In S. D. Brown, & R. W. Lent. Hoboken, N.J. (Eds.) *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (pp. 42-70): John Wiley & Sons; <sup>2</sup>Savickas, M. L. (2011). *Career counseling*. Washington, DC: American Psychological Association Press; <sup>3</sup>Super, D. E. (1957). *The psychology of careers*. New York: Harper & Row; <sup>4</sup>Blustein, D. L. (2006). *The psychology of working*. New York: Laurence Erlbaum. <sup>5</sup>Pimpão, L.M.A. (2015). Significados de Trabalho em Pessoas com Dificuldades Intelectuais e Desenvolvimentais: emprego protegido vs emprego normal. Faro: Universidade do Algarve. Dissertação de Doutoramento.

<sup>1</sup>Savickas, M. L. (2005). The Theory and Practice of Career Construction. In S. D. Brown, & R. W. Lent. Hoboken, N.J. (Eds.) *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (pp. 42-70): John Wiley & Sons; <sup>2</sup>Savickas, M. L. (2011). *Career counseling*. Washington, DC: American Psychological Association Press; <sup>3</sup>Super, D. E. (1957). *The psychology of careers*. New York: Harper & Row; <sup>4</sup>Blustein, D. L. (2006). *The psychology of working*. New York: Laurence Erlbaum. <sup>5</sup>Pimpão, L.M.A. (2015). Significados de Trabalho em Pessoas com Dificuldades Intelectuais e Desenvolvimentais: emprego protegido vs emprego normal. Faro: Universidade do Algarve. Dissertação de Doutoramento.

## Outros olhares:

Marina Cruz Cabeleireiros, cliente dos Serviços de Lavandaria da Curva Quatro

A parceria comercial existente entre a C.E.C.D. Mira Sintra e nós, tem duas vertentes que são importantes para a dignificação das marcas. A qualidade dos serviços prestados pela vossa vasta equipa de trabalho, deve ser realçada como base importante, dado que é visível a todos que utilizam os produtos por vós tratados. A segunda vertente tem necessariamente a ver com a vossa ação solidária com aqueles que neste momento precisam de ser apoiados no sentido de serem úteis à sociedade, um apoio que acaba por ser orgulho de todos que diariamente lutam por um amanhã melhor. Construir a Igualdade, Respeitando a Diferença, é obrigação de todos. Obrigada a todas e a todos que todos os dias fazem

parte do grupo de trabalho a que eu Orgulhosamente também pertença. O futuro espera por todos nós.

Bem hajam!



Sabia que...

## O grupo de dança e drama AgitArte apresentou o seu mais recente trabalho?

No âmbito da Semana Cultural do Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P. e das celebrações do Dia Mundial da Pessoa com Deficiência, o AgitArte (grupo de dança e drama do C.E.C.D. Mira Sintra) apresentou, a 30 de novembro, a sua mais recente peça: "Alegria". Com duração de 10m30s, a peça constituída por três momentos, foi traçada no decorrer de um projeto para a abertura do espetáculo "Pássaro da Alma", em 2013, no Centro Cultural Olga de Cadaval.

Sempre com muitos desafios a cumprir, o AgitArte está a ensaiar o próximo espetáculo para a Festa de Natal do C.E.C.D. Mira Sintra, de 22 de dezembro. Para 2016 estão planeados mais projetos e surpresas.



## O C.E.C.D. Mira Sintra recebeu a visita de uma delegação de Cabo Verde?

Reconhecido como um bom exemplo de resposta social à pessoa com deficiência, o CECD Mira Sintra recebeu no dia 11 de dezembro, a visita de uma delegação do Ministério da Juventude, Emprego e Desenvolvimento dos Recursos Humanos de Cabo Verde, dando a conhecer as várias valências e trabalho desenvolvido pelas equipas. A delegação esteve acompanhada de representantes do INR, I.P. e do Gabinete de Estratégia e Planeamento do Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social de Portugal.



Construir a Igualdade, Respeitando a Diferença

## Programa “Corfebol para Todos” Regulamentar, capacitar, implementar e dinamizar

Com objetivo de implementar e dinamizar a prática desportiva do Corfebol junto das instituições que desenvolvem trabalho com a pessoa com deficiência intelectual, o Programa “Corfebol para Todos” teve início em outubro com a formação dos técnicos e clientes e a atribuição de um kit constituído por um poste e 2 bolas para implementação da modalidade.

Segundo os técnicos do Grupo de Atividades Desportivas “esta experiência permitiu-lhes experimentar a modalidade e aferir a sua pertinência como atividade a implementar nas sessões de Atividade Motora Adaptada, relativa-

mente aos aspetos técnicos e táticos. De fato, parece ser sem dúvida, uma modalidade a implementar na medida em que, pelas suas características, se adequa perfeitamente à população alvo.”

O projeto financiado pelo IPDJ, culminou com a realização de um torneio, organizado pela Federação Portuguesa da modalidade, no dia 3 de dezembro, na Amadora.

Para os nossos clientes foi sem dúvida “uma experiência a repetir”.



Equipa de Corfebol do C.E.C.D. Mira Sintra

### Aconteceu . . .

#### Novembro

**11** - Convívio S. Martinho C.E.C.D. Mira Sintra

**14** - Maratona Solidária

**21 e 28** - Ação de Responsabilidade Social do GES (Grupo de Empresários Solidários) na Clínica de Medicina e Reabilitação

**30** - Apresentação da peça “Alegria” do grupo AgitArte, na semana cultural do INR, I.P.

#### Dezembro

**3** - Celebração do Dia Internacional da Pessoa com Deficiência

**11** - Visita oficial da delegação de Cabo Verde do Ministério da Juventude, Emprego e Desenvolvimento dos Recursos Humanos

**11 e 12** - Espetáculo “A (Grande) História do Rei Candongo”, Grupo de Teatro Duas Senas

### Vai Acontecer . . .

#### Dezembro

**11** - Festa de celebração do 39º aniversário do C.E.C.D. Mira Sintra

**19** - CAO participa no espetáculo de Gino Dança do sarau de Natal organizado pelo Clube Desportivo da Escola Secundária Miguel Torga.

**22** - Festa de Natal C.E.C.D. Mira Sintra

#### 2016

**Janeiro** (data a definir) - Lançamento da peça C.E.C.D. Mira Sintra produzida pelo Projeto Marca & Identidade



O Centro de Educação para o Cidadão com Deficiência de Mira Sintra deseja-lhe boas festas e votos de um próspero ano novo .

Boas Festas



Construir a Igualdade, Respeitando a Diferença