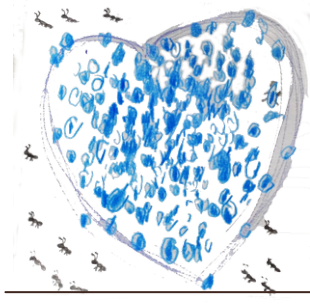
Jornal pela inclusão

edição nº 14 Julho / Agosto / Setembro 2026



A Formiga

Arraial da APPACDM de Viseu

O Arraial da APPACDM de Viseu voltou a ser um sucesso… e com ainda mais visitantes do que no ano passado!
Um enorme obrigado a todos os colaboradores, clientes, voluntários e a quem ajudou a tornar este dia tão especial.
E, claro, um agradecimento a todos os que vieram celebrar connosco. A vossa energia, boa disposição e presença são o ingrediente principal desta festa!
Já estamos a contar os dias para o próximo Arraial. Até lá!



Projeto "Os Bolotas" / Oficina Carpintaria e Reciclagem





"Os Bolotas" é um projeto da APPACDM de Viseu que promove a memória, a criatividade e a inclusão através da animação e da reutilização de materiais.
Neste vídeo, descubra como uma antiga televisão deu origem ao cenário do filme e como os nossos clientes participaram na criação das personagens, da história, dos cenários e da banda sonora.
Desenvolvido na oficina de Carpintaria e Reciclagem, este projeto valoriza as histórias de vida, estimula a participação, o trabalho em equipa e mostra que, com criatividade, tudo pode ganhar uma nova vida.



Teatro de sombras

As férias em ação promovido pelo Município de Nelas, convidou a Oficina Sensações e Expressões do CACI Fernando Santos a apresentar o projeto de Teatro de Sombras. Um espetáculo que volta a transportar o público, para um universo mágico onde as sombras ganham vida e contam histórias que tocam o coração, transmitindo uma sempre atual mensagem "por um mundo com mais amor...". Tem como objetivo principal promover a expressão criativa, o trabalho em equipa e a inclusão, valorizando sempre o trabalho dos nossos clientes.





Se gostou do nosso trabalho, pode apoiar com donativo para
966 392 069

Jogar e Divertir na Escola EB1 de Tondelinha

Desenvolvido pela Oficina de Sensações e Expressões do CACI Fernando Santos, este projeto promove a criatividade, a concentração, a cooperação e o convívio através de jogos construídos pelas pessoas apoiadas na oficina.
Na EB1 de Tondelinha, estes jogos proporcionaram momentos de lazer, interação e inclusão, reforçando a participação ativa e a partilha entre todos.




Ida à Feira de São Mateus

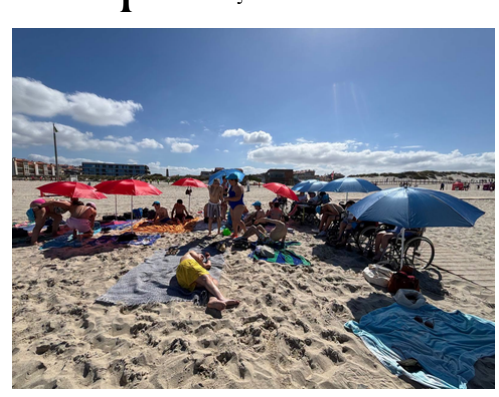
No dia 2 de setembro, os clientes da APPACDM tiveram a oportunidade de cumprir tradições, com a ida à Feira de São Mateus.
Ir à Feira de São Mateus é muito mais do que passear entre bancas, luzes e carrosséis. É reencontrar sabores, sons e emoções que fazem parte das memórias de tantas gerações. É comer uma tripa, saborear um waffle ou um gelado, ouvir a música da feira e deixar-se levar pela magia dos carrosséis..
Os nossos clientes viveram um dia cheio de animação, entre tripas, waffles, gelados e a emoção dos carrosséis.
Porque manter as tradições vivas é também proporcionar experiências que ficam na memória.
É que bom que é feirar!




Clientes do Lar desfrutam de um dia na Praia da Barra

No passado sábado, os clientes do Lar Fernando Santos viveram um agradável dia de passeio e convívio na Praia da Barra.
A iniciativa proporcionou momentos de descontração junto ao mar, permitindo aos participantes desfrutar do ambiente envolvente, do contacto com a natureza e do agradável tempo de verão. Este passeio representou uma oportunidade para sair da rotina habitual e aproveitar um dia diferente, marcado pelo lazer e pela boa disposição.





MB WAY Se gostou do nosso trabalho, pode apoiar com donativo para
966 392 069

Atividades de Verão

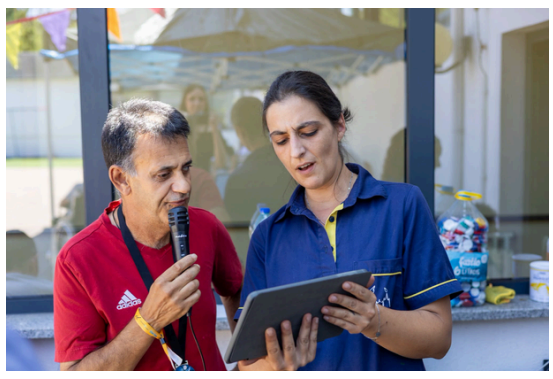
O verão chegou e trouxe dias cheios de sol, alegria e muitas aventuras! É tempo de aproveitar as férias, fazer novas amizades, aprender e criar memórias inesquecíveis. Desejamos a todos umas excelentes atividades de verão, repletas de diversão, sorrisos e momentos especiais. Que esta estação seja vivida com entusiasmo, segurança e muita energia!



MB WAY Se gostou do nosso trabalho, pode apoiar com donativo para 966 392 069

Churrasco na APPACDM

Sol, boa comida e muita animação: assim se viveu mais uma fantástica churrascada no CACI Fernando Santos!
Entre grelhados, conversas e muitos sorrisos, não faltou boa disposição. Mas o verdadeiro espetáculo começou quando chegou a hora do karaoke!
As vozes fizeram-se ouvir, os microfones não pararam e, rapidamente, ninguém resistiu à vontade de cantar e dançar.
Foi uma tarde vivida com alegria, partilha e muita música — daquelas que deixam boas recordações e fazem qualquer verão ainda mais especial!





FESTA DA ESPUMA

Um verdadeiro dia de verão, cheio de animação, alegria e muitos momentos inesquecíveis!
Os nossos clientes divertiram-se ao máximo com os insufláveis e a tão aguardada festa da espuma, num ambiente pensado para promover o convívio, a descontração e, claro, muita diversão!
Entre saltos, brincadeiras e muitas gargalhadas, também houve espaço para saborear alguns dos clássicos de verão: deliciosos cachorros-quentes e gelados!
Um agradecimento muito especial à Super Jump pela colaboração e pela disponibilização dos insufláveis e do canhão de espuma, que ajudaram a tornar este dia ainda mais especial, divertido e memorável.





O Grupo Ponto de Luz volta a brilhar no palco da Feira de São Mateus

Uma noite inesquecível na Feira de São Mateus!
No dia 1 de setembro, o Grupo Ponto de Luz, do Estabelecimento Dr. Victor Fontes, levou ao palco muita música, dança, animação e uma energia contagiante, antes do concerto dos ÁTOA!
Com novas coreografias e criações do Viseu Heart Beat, os nossos artistas voltaram a brilhar e a mostrar que talento, criatividade e paixão não têm limites!
Obrigado à Feira de São Mateus pelo carinho e por nos proporcionar este momento tão especial!



MB WAY Se gostou do nosso trabalho, pode apoiar com donativo para 966 392 069

Um encontro especial com o FC Porto em Viseu

A chegada do FC Porto B a Viseu proporcionou um momento muito especial aos clientes da APPACDM de Viseu, que tiveram a oportunidade de receber a equipa no Montebelo Viseu Congress Hotel.
Para muitos, o futebol e o FC Porto são uma verdadeira paixão. Entre fotografias, cumprimentos e muitos sorrisos, foi possível estar perto dos jogadores que tanto admiram e transformar essa paixão num momento vivido de forma muito especial.



Dia do Desporto Inclusivo no Sátão

No dia 25 de setembro, no âmbito do Eixo IV do CLDS 5G, celebrámos o Dia do Desporto Inclusivo no Sátão.
Um momento de partilha, interação e cooperação, onde o desporto promoveu a inclusão, a igualdade de oportunidades e o respeito pela diferença.
Os clientes do CACI da sede juntaram-se à iniciativa, tornando este dia ainda mais especial.



Testemunho de Sandra Paula

Olá, chamo-me Sandra Paula tenho anos e vou falar um pouco da minha história de vida.
Os meus pais casaram-se na Alemanha e eu e o meu irmão nascemos lá. No inicio a minha vida era feliz, mas as vezes o meu primo batia-me (mas era na brincadeira), mas como eu era mais pequena não entendia isso. Por volta dos meus ll anos vim para a APPACDM, nos primeiros tempos sentia-me sozinha, não tinha ninguém para falar, mas com o tempo fui ganhando amizades que levo para a vida.
Comecei a namorar às escondidas com um menino chamado Zé, entretanto acabamos e eu conheci o Diogo (outra paixão).
"Hoje a APPACDM é a minha casa e eu gosto muito de cá estar, pois sinto-me feliz".



Se gostou do nosso trabalho, pode apoiar com donativo para
966 392 069

Testemunho de Elói Silva - Terapeuta Ocupacional

Participar é fazer parte. É poder escolher, agir, relacionar-se e desempenhar as atividades que dão sentido à vida. É neste espaço que a Terapia Ocupacional assume um papel fundamental na promoção da inclusão e da participação de todas as pessoas. A Terapia Ocupacional intervém quando existem dificuldades em realizar atividades do dia a dia - como cuidar de si, estudar, trabalhar, brincar, conviver ou participar na comunidade. Mais do que recuperar capacidades, procura encontrar, em conjunto com cada pessoa, estratégias, adaptações e recursos que possibilitem uma participação significativa e autónoma, respeitando os seus interesses, necessidades e projetos de vida.

No dia 27 de outubro celebra-se o Dia Mundial da Terapia Ocupacional, este ano sob o tema "A participação importa". Este mote convida-nos a olhar para a participação como um direito e a refletir sobre o justiça ocupacional: o direito de todas as pessoas terem oportunidades reais de participar nas ocupações que valorizam, independentemente das suas características ou condição.

Para as pessoas com deficiência, esta questão é particularmente importante. Muitas vezes, a exclusão não resulta apenas da deficiência, mas também das barreiras físicas, sociais, comunicacionais e atitudinais existentes nos contextos onde vivem.

Promover a inclusão implica, por isso, transformar ambientes, eliminar barreiras e criar oportunidades de participação. A Terapia Ocupacional contribui para este caminho, colocando a pessoa no centro e defendendo uma sociedade onde todos possam participar, escolher e pertencer.

Porque, efetivamente, a participação importa.



Se gostou do nosso trabalho, pode apoiar com donativo para
966 392 069