

Nesta edição:

Festividades	2, 3,
Passeios e visitas	4, 5
Generalidades	6, 7
Passatempos	8

A comunhão dos santos



Padre Rema

A Igreja Católica principia o mês de Novembro com a Solenidade de Todos os Santos e a Comemoração de Todos os Fiéis Defuntos. A primeira é de origem celta e começou a difundir-se no ocidente pelos finais do século VIII; a segunda surge no século IX, em continuidade de usos monásticos anteriores.

Naturalmente, na Solenidade de Todos os Santos incluem-se não apenas os canonizados pela Igreja, uma minoria, mas sobretudo quantos no Céu gozam da visão beatífica. O saudoso P. José Miguel Garcia Pereira morreu exatamente no dia 1 de Novembro de 2001 e, segundo cremos, terá ido gozar logo da visão de Deus, para cantar os Seus louvores, aliás o que sempre fizera ao longo da vida terrena. À semelhança do P. Miguel, um “santo” da terra, também nós somos convidados a viver em união com Deus pela fé. É este o dogma da “Comunhão dos Santos”, afirmado no Credo.

Esta “Comunhão dos Santos” prolonga-se na “Comemoração de Todos os Fiéis Defuntos”, “na qual a Igreja, Mãe piedosa, quer interceder diante de Deus pelas almas de todos os que nos precederam marcados com o sinal da fé e agora dormem na esperança da ressurreição, a fim de que, purificados de toda a mancha do pecado, sejam associados aos cidadãos celestes” (Martirologio Romano).

Mais de meia centena de devotos do P. José Miguel deslocaram-se ao Soito do Sabugal no dia 1 de Novembro para dar graças ao Senhor pelas maravilhas nele e por ele realizadas. No dia 2 também houve missa na capela onde o P. Miguel celebrou missa nos últimos 12 anos da sua vida mortal. Lembrámos nessa Eucaristia sobretudo aquelas almas que ele pastoreou como sacerdote do Senhor desde 1936, ou seja, durante 65 anos. Cumprimos assim também neste dia a “Comunhão dos Santos”.

Numa hora em que nos preparamos para celebrar mais um Natal, procuremos viver o significado da descida do céu à terra de Nosso Senhor Jesus: a salvação do género humano e a vitória sobre o pecado e a morte.

Natal

O Natal é a grande festa da Amizade, da Alegria e da Paz.

Dão-se abraços de Boas Festas e as pessoas sentem-se felizes. Todos temos sonhos que podemos concretizar.

Se sonharmos ser reconhecidos no nosso trabalho comecemos por reconhecer os outros; se quisermos que sejam tolerantes connosco, comecemos por sê-lo com os outros; se quisermos que nos aceitem como somos devemos aceitar os outros tal como são; se quisermos ter amor na nossa vida comecemos por dar aos outros.

Nesta época natalícia foquemos a nossa atenção naquilo que desejamos para nós e tentemos semear o que desejamos colher, e assim alcançar o que queremos conquistar.

Amália Pereira

A Direção deseja a todos os clientes funcionários e colaboradores



Postal realizado pelo cliente Daniel Almeida

O aniversário do centro



Mafalda

No dia 11 de Maio, festejámos o aniversário do nosso lar. Começou com uma missa na capela do Padre José Miguel e depois seguimos todos para o Sabugal onde nos encontramos agora. Tanto na missa como no centro partimos o bolo de aniversário e cantámos os parabéns. No nosso centro fizemos uma atuação com o nosso grupo de “Danças e Cantares” seguido de um lanche convívio. Gostámos todos muito e estamos à espera do próximo aniversário para festejar.



Halloween



Por norma todos temos “um calendário” de celebrações que nos acostumámos a comemorar, quer pelo fato de estarem enraizadas na sociedade/localidade em que vivemos, quer por nos terem sido deixadas como tradição. Neste seguimento, ocorre-me nomear o S. Martinho, os santos populares, romarias, etc., mas como vivemos numa “aldeia global” chegam até nós festividades ou efemérides que não herdámos mas que começámos a aceitar porque simplesmente achamos graça ou porque quando nos apercebemos estamos envolvidos por elas. Há já alguns anos para cá que em minha casa existe ao que chamo de “segundo

carnaval”, importado pelos meus filhos que teimam em mascarar-se na última noite de outubro e andar a bater de porta em porta gritando:

_ Doçura ou travessura!

Como perceberam, estou a falar da noite das bruxas, também conhecida por Halloween.

Acredita-se que esta tradição anglo-saxónica teve início no século V e que a palavra Halloween é uma versão encurtada de “All Hallows' Even”(Noite de Todos os Santos).

Alguns bruxos acreditam que a origem do nome vem da palavra *hallowinas* - nome dado às guardiãs femininas do saber oculto das terras do norte (Escandinávia), daí advir a noite das bruxas.

Certo é que por influência da cultura inglesa lecionada nas escolas a moda chegou até nós e veio para ficar.

Este ano, lembrei-me de incluir mais esta comemoração ao nosso calendário de celebrações, decorando o nosso centro com algumas abóboras e enfeites que confecionámos no C.A.O, proporcionando uma noite diferente aos clientes.

S. João



Carlos Jorge

No dia de S. João fomos comemorar a data do santo popular para a praia fluvial de Quadrazais.

Assámos sardinhas que estavam ótimas e enfeitámos o espaço com bandeirinhas coloridas.

Durante o dia fizemos jogos tradicionais e aproveitámos o dia para relaxar.

Regressámos ao nosso lar “Paz e Bem” depois do Lanche.

Foi um dia agradável .



Dia da Mãe



Álvaro Rojão

Comemora-se o dia da Mãe no Primeiro domingo de maio de cada ano.

Infelizmente a minha mãe já não está neste mundo, mas os clientes que ainda têm progenitora quiseram oferecer umas pequenas lembranças e um postal ilustrado para celebrar a data.

As lembranças oferecidas foram feitas no C.A.O. a partir de restos de tecidos. E dali se fizeram porta-chaves de fuxicos e postais ilustrados.



Magusto

Para mim o S. Martinho é uma novidade. Na minha terra natal (Roménia), não existe esta festa das castanhas. Não existe o costume de se comer castanhas, são apenas utilizadas para decoração.

Para festejarmos o S. Martinho deslocámo-nos até à Ermida de N. Sra. Da Graça no Sabugal.

Nesse dia divertimo-nos muito, assámos castanhas, uns clientes tocaram viola, ouvimos música, saltámos a fogueira e tismámo-nos .

Adorei conhecer esta tradição.

Alina



Convívio entre instituições



João Rosa

No dia 2 de Agosto, alguns clientes do lar residencial (Centro Social Padre José Miguel), rumaram a uma pequena localidade, em plena natureza de nome Quarta-Feira.

Logo de manhã os clientes do centro misturaram-se com uma outra instituição sediada em Manteigas, com o objetivo de duas tarefas: recortar cartolinas e desenhar. Depois de algumas colagens, pudemos exibir os nossos dotes de pintura nalgumas telas. Já estamos habituados a pintar há já algum tempo no nosso CAO, onde com os nossos monitores, aprendemos em aulas de desenho e pintura. O vencedor foi um elemento do nosso Centro, o António Rosário, natural de Santarém. Na hora do almoço, os nossos colegas de ambas instituições saborearam frango assado com batatas fritas. Depois do almoço fomos tomar café ali bem perto.

Fiquei muito entusiasmado por participar neste evento e até telefonei à minha irmã a contar o ocorrido!

Por fim veio a hora do lanche e depois de algum convívio entre estas duas instituições regressámos ao nosso lar que é o nosso cantinho paz e bem! Foi um dia diferente e criativo para todos nós.

“O VERDADEIRO AMOR É ABRAÇAR PROFUNDAMENTE OS CORAÇÕES DE AMBOS.”



Jogos sem fronteiras



David Esteves

No dia 22 de Julho, realizaram-se em Manteigas uma vez mais os jogos sem fronteiras, estes jogos destinam-se a pessoas portadoras de deficiência.

Sáímos daqui logo cedo, fui eu, o Carlos Ribeiro, o Álvaro, o João Rosa, o Eduardo e o Carlos Jorge, um grupinho unido e disposto a vencer.

Quando chegámos a Manteigas participámos em vários jogos: tiro ao alvo, salto à corda, jogo da malha, escalada, canoagem, rapel e bicicleta:

Almoçámos em conjunto com pessoas de outras instituições e voltámos para casa.

Trouxemos uma linda taça e adorámos.



Portugal dos Pequenitos



Daja, Daniel

Foi uma visita bastante agradável, com momentos de lazer e também didáticos para alguns.....

Assim como eu, talvez outros clientes já tivessem visitado este lindo, histórico e artístico jardim. Foi com agrado que relembrei o local como se fosse a primeira vez.

Para os mais novos, ou até mesmo para alguns clientes foi um extasiar de admiração!... Um “descobrir” consciencializar o quanto a nossa história lusa era grandiosa e deslumbrante.

Para os mais crescidos, ou mais lúcidos, foi uma soberba oportunidade de elevarmos a nossa auto-estima nacional, que por estes tempos, anda um



pouco em baixo.

Para isso, tivemos a epopeia, dos nossos antepassados com “feitos” de outrora, patentes neste «jardim», que é um maravilhoso livro de história aberto, onde sobressaem «as nossas descobertas marítimas que fomos pioneiros.

Neste jardim os feitos lusitanos, são assinalados em escalas muito pequenas, daí o nome «Portugal dos Pequenitos», mas também um jardim virado para a aprendizagem dos mais novinhos.

Foi uma bela e instrutiva visita, com um lindo cenário, onde havia para todos os gostos e cores.

Creio que fomos unânimes em reconhecer, que realizámos uma boa, bela e instrutiva viagem.

Férias

Este ano as férias dos clientes realizaram-se no período de 16 a 21 de setembro em Carcavelos. Nesta semana os clientes ficaram alojados na ABLA. Durante as férias houve oportunidade de fazer praia em Carcavelos, usufruir da piscina do complexo e realizar caminhadas nas redondezas. Os clientes deslocaram-se até Belém onde puderam provar os tradicionais pastéis e participar em atividades adaptadas para pessoas portadoras de deficiência, tais como tiro com arco, luta romana em insufláveis, matraquilhos humanos no jardim de Belém.



Acessibilidades: a fórmula para uma vida melhor



António Basílio

Ao escrever este meu texto sobre Acessibilidades, estou a fazê-lo como um alerta e como uma crítica construtiva. Talvez as pessoas não saibam mas, as acessibilidades constituem um elemento chave para o funcionamento de uma sociedade baseada em direitos iguais. A sociedade deve ser construída com o pensamento na não discriminação, pensando no global e não só numa minoria com necessidades especiais.

Hoje em dia pensar que só as pessoas com deficiência beneficiam da eliminação de barreiras arquitetónicas é um grande erro. Ao falar de acessibilidades temos que pensar em todos os estratos da população. Nas pessoas idosas que mesmo não tendo deficiência começam a ficar com a mobilidade reduzida, nas crianças que são transportadas pelos pais em carrinhos e nas pessoas com doenças temporárias mas que limitam a sua vida.

Apercebo-me que isto tem sido descurado na localidade onde me encontro a residir. Cada vez que me desloco, tanto em passeio como para realizar exames na universidade, preciso sempre de ajuda, porque infelizmente nada está adaptado. As ruas empedradas e alguns buracos que são excelentes para deixar “dormir as crianças nos carrinhos”, são o “terror” para as pessoas portadoras de deficiência que se deslocam em cadeira de rodas, porque facilitam o aparecimento de escaras. Os passeios e as repartições públicas, que salvo raras exceções, não têm rampa como por exemplo a Câmara Municipal e o posto da G.N.R. A biblioteca na parte principal só têm escadas e pelas traseiras tem uma rua empedrada cheia de buracos e com uma enorme inclinação, tornando o acesso só possível com uma carrinha.

Isto tudo ocorre em edifícios públicos, porque se falarmos de restaurantes, cafés e bares, a grande maioria não tem acessibilidade ou têm escadas

interiores e exteriores o que dificulta a entrada.



Para que esta localidade fosse dirigida à inclusão era necessário haver uma reestruturação, nos espaços urbanos e no acesso aos edifícios com vista á eliminação de todos os obstáculos. Assim permitir-se-ia que todas as pessoas pudessem usufruir dos espaços de lazer, terem convívio social, sem o constrangimento de por falta de acessibilidades se sentirem discriminadas, impedindo-as de participar ativamente na sociedade só porque são portadoras de qualquer deficiência ou dificuldade especial.



Somos uma escola de aprendizagem



Eduardo
Ambrósio

O Centro Social Padre José Miguel acolhe de um modo geral doentes do foro psiquiátrico. Pertencemos a esta Instituição Particular de Solidariedade Social, que é uma escola de aprendizagem. Este título achei-o interessante vindo do utente Carlos Ribeiro ao chamar a esta instituição de escola.

O próprio C.A.O (Centro de Atividades Ocupacionais) funciona ao longo do ano, com perspetivas reais para desenvolver as nossas capacidades, que dão azo a trabalhos diferenciados, e que cada um de nós pode usufruir. No C.A.O além das boas regras de

aprendizagem, utilizamos uma forma de estar e de ser, que nos enriquece e nos ajuda a ser felizes nesta “escola de aprendizagem”.

Por serem pessoas com deficiência e verdadeiros homens e mulheres cheios de sonhos, de certezas, de êxitos, no seu espaço intelectual, o C.A.O, poderá oferecer a todos uma opção de trabalho, e dar resposta à curiosidade e à partilha de conhecimentos. Neste programa em curso, há tempo para crescer e transformar os clientes, todos iguais todos diferentes, para uma sociedade e uma comunidade de que fazemos parte integrante. Pertencemos a esta escola, onde aprendemos e sinto-me orgulhoso de pertencer a este cantinho de **Paz e Bem**.

Bem vindos à Holanda

Pedem-me, muitas vezes, que descreva como é a experiência de criar um filho com uma deficiência. Para tentar ajudar as pessoas que não sabem o que essa experiência, única, significa; para poderem imaginar o que sente deixem-me dizer-lhes algo parecido como seguinte... “quando uma mãe vai ter um bebé, é como planear uma viagem maravilhosa – a Itália por exemplo; compra uma boa quantidade de livros acerca daquele país e faz os seus planos - o Coliseu, o Miguel Ângelo, as gôndolas em Veneza, aprende algumas frases úteis em italiano, enfim é tudo muito excitante.

Depois de meses de expectativa, chega finalmente o dia. Faz as malas e lá vai para o aeroporto. Horas mais tarde, o avião aterra e a hospedeira anuncia, «Bem-vindos à Holanda». «Holanda?!?» pergunta. «O que é isso de Holanda? O meu voo era para Itália! Eu devia estar em Itália. Toda a minha vida sonhei ir para Itália.» Mas houve uma mudança do plano de voo, o avião aterrou na Holanda e tem que ficar aqui. O mais importante é que eles não a levaram para um lugar horrível, desagradável e sujo, cheio de pestilência, fome e doenças. Levaram-na, apenas, para um lugar dife-

rente! Assim, há necessidade de comprar novos livros de viagem e de aprender uma linguagem completamente nova. E, desta forma, vai conhecer um novo grupo de pessoas que nunca teria encontrado se tivesse ido para Itália.

É só um lugar diferente. Com um ritmo de vida mais lento do que Itália, menos buliçoso e aparatoso. Mas depois de lá permanecer mais um tempo, logo que tenha passado a agitação, olha ao redor e começa a dar-se conta que a Holanda tem os moinhos de vento, as tulipas e a Holanda tem até os Rembrandts...

Mas todas as pessoas que conhece, vão e vêm de Itália... e todas se gabam das maravilhosas férias que lá passaram. E para o resto da sua vida, dirá «Sim, era ali para onde eu deveria ter ido. Isso era o que eu tinha planeado». E essa dor nunca, nunca, nunca mais passará... porque a perda desse sonho é uma perda muito significativa.

Mas... se passa a vida a lamentar-se com o facto de não ter ido a Itália, nunca terá o espírito livre para desfrutar das coisas muito especiais, das coisas maravilhosas... que a Holanda tem para lhe oferecer.

*Emily Perl Kingsley,
fundadora da Associação Americana de Síndrome de Down*

7 diferenças



1- Riscas no calção; 2 - Cor do boné; 3 - Barba; 4-Sombra, 5—Guarda-sol, 6—Chamimé, 7- Cor do edifício.

Horóscopo



Virgem—todos aqueles que nasceram do dia 21 de agosto, até ao dia 20 de setembro.

Os virginianos são ótimos dentro da família, porém não são românticos. São muito disciplinados, não confiam facilmente em qualquer um, pois, são conservadores e meticolosos. As pessoas deste signo normalmente são organizadas, tímidas, reservadas e perfeccionistas.

A exatidão, o seu sentido observador e o seu gosto pela perfeição fazem deste signo da Terra um incansável lutador pelo progresso

O nativo de Virgem analisa as pessoas e as situações com cuidado. Age com método e eficiência, procurando que todos os seus atos sejam corretos, precisos e prudentes

Tem muita dificuldade em fazer amigos pois é muito crítico, sincero e duro palavras. Contudo são amigos para a vida inteira que sempre tentará defendê-lo de tudo e de todos, independentemente da situação em que se encontra.

Bons no desempenho de cargos como: analista financeiro, ciências, contador, bibliotecário, editor e assistente social.

Anedotas

Explique lá como conseguiu arrombar o cofre - diz o juiz ao réu. Não vale a pena, sr. dr. Juiz. O senhor nunca seria capaz de fazer o mesmo - responder o réu.

Desabafo de um "jovem" com mais de 30 anos:
- Os meus pais querem que eu viva sozinho, mas recusam-se a sair de casa!

Numa aula de História, a professora questiona:
- Menino Joãozinho, sabe a quem é que se deve o grande pinhal de Leiria?
- Ó s'tora, não me diga que isso também ainda não está pago?!

O cão passa por baixo de uma árvore de Natal toda iluminada e diz:
- Até que enfim que puseram luz na casa de banho!

Pergunta: Porque é que as galinhas chocam?
Resposta: Porque não têm travões.

Sabem o que é um piolho na cabeça de um careca?
É um sem-abrigo!