

# A AAJUDE EM REVISTA



AAJUDE

Nº 4 • 2009



**AAJUDE - Associação de Apoio à Juventude Deficiente**

Rua João Pedro Ribeiro, 732 – Casa 3 - 4000-305 Porto

Telefone/Fax: 225 501 943 – e-mail: [aajude@sapo.pt](mailto:aajude@sapo.pt)

• **Apontamento**

- A Nossa Voz
- O Agosto a Funcionar...
  - Numa Feira Medieval
  - Pedipaper: Descobrindo a Sé

- O nosso Pimpinela
- Dom Amado

- Festas na AAJUDE
- Paradise Regained

- Um Lugar no Céu

- Carta do País de Gales

- À Conversa com...

- Carta Breve a...

- Na Nudez Forte da Verdade, sob o Manto Diáfano da Fantasia

- Vivendo...

- Ensinar a Aprender

- Apartamento de Autonomização

- POPH



## APONTAMENTO



Cá estamos de novo, revendo o que se passou nestes meses que fugiram.

Desta vez, a par de Pequenas-Grandes coisas, outras aconteceram. Podemos dizer bem alto – Conseguimos.

A nossa candidatura ao POPH, Programa Operacional Potencial Humano, tendo em vista as novas Instalações da AAJUDE, foi aprovada.

Conseguimos, em suma, o começo de um Futuro ainda melhor para todos os nossos jovens.

Gratos a todos, a nós próprios que lutámos intensamente e, acima de tudo, à Câmara Municipal de Matosinhos, pela ajuda incondicional que nos deu, a todos os níveis, com o seu acompanhamento e apoio constantes.

*Ana Maria Ponce*

## A NOSSA VOZ...

### O Agosto... a funcionar

Foram vários os utentes que usufruíram em pleno das dádivas do mês de Agosto. Sol, praia, passeios, visitas turísticas...

Vamos ver o que nos contam:

### Numa Feira Medieval

Achámos muito interessante a Feira Medieval que fomos visitar em Santa Maria da Feira.

Todos estavam vestidos à maneira da Época Medieval e cada um, homem ou mulher, tinha a sua tarefa. Observámos tudo com atenção. Vimos porcos a assar num grande espeto, o que deixava um cheiro saboroso a boa carne assada.

Havia muitas tasquinhas medievais, onde se vendiam bolos típicos dessa época, carnes, como a de veado, sopa de pedra, sangria, especiarias, muitos chás variados. Em tendas de várias cores vendiam-se roupas, calçado e outros artigos, colares, brincos que os artesãos estavam a fazer.

Os figurantes estavam trajados de diversas maneiras – saias compridas, turbantes, blusas com muitos folhos, muita cor, enfim a moda de então. Saltos altos? Não havia. Os sapatos eram rasos, artesanais, com muitas fitas de couro, com certeza muito confortáveis.

À medida que caminhávamos, íamos apreciando diversas actividades, passeios em charretes, tipo carroças, puxadas por dois cavalos, todos enfeitados, representações de teatro, dança e lutas.

Havia, acima de tudo, muita cor, muita vida, muito movimento, e sentimos mesmo que estávamos noutros tempos, até as casas de banho tinham escrito à entrada WC – Esterqueira.

Finalmente, já com fome, comemos lá, ao ar livre, o nosso lanche do Século XXI, em pleno cenário medieval – simplesmente, Bolo de Arroz e sumo Pingo Doce.

*Miguel Ponce, orientado por Fátima Oliveira*





## Pedipaper: Descobrindo a Sé

Na Casa Museu Guerra Junqueiro deram-nos uma pequena brochura que começava assim...

*O Centro Histórico do Porto, do qual faz parte a freguesia da Sé é, desde 1996, património Cultural da Humanidade.*

*Até 1583, o Porto teve apenas uma freguesia: a da Sé.*

*Por outras palavras, foi no morro da Sé que nasceu a cidade do Porto.*

*(...)*

*Vão reparar, ao longo desta aventura, que este local permite uma boa vigilância de toda a região envolvente. Era, nos tempos mais recuados, um sítio estratégico, de difícil acesso porque estava rodeado de defesas naturais. A proximidade ao Rio Douro constituiu um factor importante na fixação da população neste local e sempre facilitou os contactos comerciais e culturais com outros povos.*

*Este Pedipaper vai ajudar-vos a conhecer e a compreender como nasceu e evoluiu a nossa cidade.*

*(...)*

*In Brochura Pedipaper*

Nela eram indicadas várias tarefas que tínhamos que cumprir.

E lá fomos nós à aventura.

Começámos na Casa Museu Guerra Junqueiro. Fomos seguindo as indicações mencionadas.

Subimos a Rua D. Hugo onde há o Arqueo-sítio que foi habitado pelo Homem há 2500 anos, na Idade do Ferro. Vimos parte da muralha Românica que defendia a cidade dos inimigos. Sabem como se chamam os bicos no cimo da muralha? Merlões. E são 7.

Depois descobrimos a estátua em bronze de um homem que ajudou a defender a cidade dos mouros.

Era o guerreiro Vímara Peres. A primeira resposta do Miguel foi que ele era Bombeiro.

Já no Terreiro da Sé, encontrámos a Sé que começou a ser construída no Século XII.



Aí a nossa tarefa era procurar na fachada da Sé dois símbolos gravados. Não conseguíamos vê-los, mas, depois de muito esforço, descobrimo-los. Sabem quais são? Uma Caravela e uma Estrela.

Próxima etapa – o Pelourinho, onde eram castigados os criminosos. Aí conseguimos a tarefa proposta – encontrar na parte mais alta um objecto usado pela pessoa mais importante do Reino. Era uma Coroa.

Observámos de seguida duas Casas Torres medievais.

A mais alta é a antiga Casa da Câmara, também conhecida por Casa dos 24. Sabem o que está lá gravado? Nós sabemos – “*Antiga mui nobre sempre leal e invicta cidade do Porto*”.

Descemos, então, a Rua Escura que se chamava assim porque nunca tinha sol.

A rua a seguir tem o nome dos artesãos que faziam as bainhas das espadas. E aprendemos que é a Rua da Bainharia e não, como se ouve dizer, Banharia. As

coisas e os lugares que a gente aprende!

Na Rua de Santana há um altar com personagens religiosas. Aqui a Maria Miguel entusiasmou-se com o Menino Jesus, a Santa Ana e os Anjos.

Subimos até à Igreja de São Lourenço. Sabem como ela é também conhecida? – Uma pista – Tem o nome de um animal que canta e come alface. É a Igreja dos Grilos.

Do Miradouro, admirámos o Rio nosso conhecido e os barcos com o vinho que logo adivinhámos. O Miguel achou primeiro que era vinho tinto, mas logo emendou para Vinho do Porto.

Esta é que vocês não sabem, nem queiram saber o que nos esperava. Quantos degraus têm as escadas dos Grilos? **100**. E nós subimo-los todos. *Isto é que foi exercício...* Disse eu, satisfeita, por subir 100 degraus pela primeira vez na vida.

De novo na Casa Museu Guerra Junqueiro, vimos objectos de arte coleccionados pelo poeta.

E, nesta manhã, ficámos mais cultos, mais conhecedores da nossa cidade, mais cansados e esfomeados, mas felizes com a nossa aventura.



## O nosso Pimpinela

Contou-nos a Patrícia, na sua linguagem muito própria e expressiva, misto de som e gesto, de mais um animal amigo que veio trazer a sua companhia e alegria ao Lar da AAJUDE.

- Então, Patrícia, quem é o pimpinela?
- É o nosso querido coelhinho, sempre pequenino, que nos faz muita companhia.
- E onde vive ele?
- No Lar, ao pé de nós. Tem uma gaiola que é a casa dele. É muito bonito, branquinho e com olhos cor de mel.
- A Patrícia lembra-se do dia em que ele foi para o Lar?
- Lembro. Ficámos radiantes, fizemos uma festa de baptizado e, assim, lhe demos as nossas boas vindas.



*Patrícia Andrade*

## Dom Amado

O Dom Amado é o Restaurante da nossa colega Maria Miguel, na Praia de Salgueiros.

Com muita simpatia e amor, a Maria Miguel convidou todos os colegas da AAJUDE para um jantar.

Foi uma surpresa que só soubemos quando chegámos à praia, onde por vezes vamos no Verão, e vimos a Maria e os pais à nossa espera. Estava um belo fim de tarde e, depois de estarmos sentados na esplanada, fomos jantar.

Foi muito bom o jantar, vivido numa grande animação, com petiscos deliciosos e também o convívio que tivemos. No fim fiz um discurso sentido e alegre. Por fim, no piso inferior, o momento alto da noite foi o karaoke, todos cantámos, dançámos, foi uma grande diversão.

Obrigada, Maria.



*Sara Monteiro*

## Festas na AAJUDE

Natal – Tão fácil imaginá-lo na sua magia...  
– Tão difícil realizá-lo para todos...

Na AAJUDE, o Natal é magia e é também real – presépios, família, bolos, amigos, preparativos, enfeites, presentes e, acima de tudo, a Festa.

São duas as Festas que mais fazem vibrar os utentes da AAJUDE, cientes do seu papel e preocupados com os seus desempenhos. Felizes, porque nelas têm uma miscelânea de música, de canto, representação e explosão de alegria.

A Festa do Final de Ano Lectivo e a Festa de Natal.

A de Natal de 2009 é já **amanhã**.

A de Final de Ano foi... ia a dizer **ontem**. Mas, na verdade, foi em Julho.

Valeu a pena. Para todos. Para eles, acima de tudo, para nós, para a família, para os amigos, para todos os que ajudaram e, *the last but not the least*, para a querida e eficiente Professora Júlia.





No fim houve um grande Ah! de admiração. Como é possível que seres com limitações possam ter apresentado um espectáculo verdadeiramente digno dum longo aplauso, uma delícia para o olhar, um levar do pensamento até sítios longínquos que íamos vivendo?

Eu nunca o conseguiria. Mas quem sou eu, ao pé destes seres maravilhosos que são capazes de se superar nos momentos de maior responsabilidade? A maior parte das pessoas não o sabe, porque nunca viveu este mundo que é uma realidade diferente, mas real.



Voltemos à Festa de Final de Ano lectivo – Nada falhou, a começar pelo convite esteticamente adaptado, continuando com os adereços a condizer com as diferentes situações, o *decór* e a representação em si, com a arte, o bom senso, o entusiasmo, a alegria, a entrega total dos actores.

Viajaram pelo mundo, representado pelas canções características de cada país, e nada para eles foi obstáculo – a viagem, a língua, os costumes, a maneira de ser de cada povo.

A sua maleabilidade de adaptação permitiu-lhes isso, porque para eles tudo é fácil, simples, natural. Não complicam, não bloqueiam, porque sabem ser eles próprios, não travestidos de seres superiores. E que é ser superior? Eles não o sabem. São iguais a si próprios – Superiores...

No final a grande ovação e a conclusão de que, depois do teatro a que assistíramos, todas as palavras seriam supérfluas, inúteis.

Ana Maria Ponce

## Paradise Regained



Relembrando John Milton com os seus poemas *Paradise Lost* e *Paradise Regained*, não podemos deixar de pensar no Paraíso, possivelmente perdido, e tentar recuperá-lo.

Fomos em busca dele.

Será assim tão fácil, como o vivemos durante uma semana?

Sem disputas, tranquilo, com paz, serenidade, bem-estar, tempo, sem relógios, verdadeiros cronômetros que nos algemam e nos comandam.

Liberdade, ar puro, rio, serra, a voz do silêncio.

O repouso para o olhar, o descanso do pensa-

mento, a beleza de toda uma natureza impoluta, sem as investidas traiçoeiras dos que a vão destruindo.

Nós estivemos lá, num cantinho do Gerês.

Passámos uns dias. Vivemo-los intensamente e queremos descrevê-los, conseguindo traduzir, até, momentos que passam fugidios como um suspiro breve.

Não será difícil, de tão puros que foram, tão divertidos, tão diferentes do dia-a-dia fortemente controlado pela rotina.



Tudo correu bem, felizmente.

O ar livre era a nossa atracção... o caminhar por caminhos largos, por vezes com veredas típicas com as suas pequenas armadilhas que conseguimos sempre rasteirar.



De repente uma flor mais colorida, vistosa, bonita, ervas virgens rasteiras que humildemente nos saúdam e árvores de maior porte, a que fazemos a nossa reverência e nos dão a sua sombra sempre bem vinda.

Já nos chama a piscina grande, de água muito azul, banhada pelo sol. Chegámos. Era o nosso destino daquela tarde. Ali ficámos sentados, a mergulhar, a nadar, a competir, alegres, companheiros, a querer que o tempo parasse.

O jantar... É verdade... O jantar. Esquecemo-nos dele. E lá vai a equipa de novo trabalhar, fazer sopa, descascar batatas, pôr a mesa.

Mais uma refeição, saboreada lá fora, debaixo do Alpendre, com o Cávado aos pés e o Gerês, a Serra em frente.

Apetece comer, conversar, gargalhar, sem constrangimentos, com ditos simples, chalaças espontâneas que todos partilham, jovens e monitores.

Mas já é tarde.

Cama... Amanhã continuaremos.

Toca o badalo lá fora. É a Patrícia a chamar para o pequeno almoço. Bem bom.

Porém, paraísos, paraísos, negócios à parte... E lá vamos nós na carrinha à Vila, comprar pão, víveres e calculem... o jornal.

Que lapso! Podíamos tê-lo deixado esquecido, mas não o fizemos.



Foi uma oportunidade perdida de deixar passar ao largo o Freeport, todos os freeports do mundo, o Isaltino, os 200 € de subsídio de nascimento, enfim as coisas esquisitas da vida...

Mas aproveitámos bem os passeios circundantes, em que admirámos as várias barragens: Salamonde, Caniçada, Lindoso e Ermal, os vários recantos do Parque Peneda-Gerês.



E, de novo, no nosso “canto”, no lidar da vida diária, engraçada, com todos ocupados, com os churrascos, com as saladas, as sobremesas, longe das ementas rígidas, elaboradas, escritas em papel, passadas em computador, com a supervisão de... Não, as nossas ementas são de ocasião, com a opinião de todos, verdadeiramente comunitárias.

Diversões – piscina, futebol, jogos diversos, bilhar, pingue-pongue, matraquilhos...



### **E que trouxemos de positivo?**

O proporcionar a todos 10 dias de treino de autonomização, num convívio amigável, sereno, num grupo em que éramos todos iguais, cada um com as suas características diferenças.

*Ana Maria Ponce*



## Um Lugar no Céu

Dizem que o Céu existe, que todos podem ter lá um lugar. Basta lutar por ele!

O meu, segundo o meu amigo Padre Marcelino (do Centro Franciscano de Leça da Palmeira), já está garantido:

*"Oh Paulo, pelo que tens feito pelo meu jardim, já tens um lugar no Céu!"*

Respondi-lhe: *"Quero um grande, que dê para mim e para a minha família"*.

E, assim, vou continuando a ser o seu fiel jardineiro, na esperança de vir a ter um T4 no Céu.

Mas, será assim tão fácil? Será possível quantificar o esforço necessário para o alcançar? Saberemos alguma vez se fizemos o suficiente?

Não posso deixar de pensar nos familiares e amigos *especiais* que, mais ou menos calados, mais ou menos parados, mais ou menos (aparentemente) desligados do mundo que os rodeia, parecem não ter direito a ele.

Sim, há aqueles *normais* (cada vez em menor número, felizmente) que pensam que os *especiais*, por si só, pouco ou nada podem fazer para garantir esse lugar: *"eles não sabem falar, nem pensar, nem..."*

Mas, os *especiais* são apenas diferentes: querem, tal como os *normais*, o **seu** lugar no Céu. São forçados, por vezes, a percorrer tortuosos caminhos que também lá vão dar.



*"Tortuoso Caminho, o deste jardim..."*

E os *normais* podem e devem ser as bocas, as pernas, os braços, as cabeças, que tudo fazem para os ajudar a ter esse lugar no Céu!

Só temos uma oportunidade, única e finita, para o fazer: é a nossa Vida!

Votos de uma boa caminhada...

*Paulo Lopes*

## Carta do País de Gales

Olá, amigos e amigas da AAJUDE!

Para quem não me conhece, o meu nome é Samuel Ginja, tenho agora 24 anos e fui animador da INATEL há um ano atrás, durante três meses. Nesse período, à excepção da última semana, trabalhei sempre com grupos de pessoas idosas. Embora a animação não tivesse feito parte da minha formação académica, confesso que este foi um trabalho de que gostei muito e no qual tive oportunidade de partilhar várias coisas pelas quais tenho grande interesse, como por exemplo, folclore ou música popular. Mas ainda assim, creio que, entre tudo, o que mais me marcou neste trabalho foram os laços que criei com algumas pessoas.

Estava a poucos dias de terminar o contrato, quando o meu chefe me ligou a dizer que iria acolher mais um grupo. Só que, desta vez, não seria um grupo de terceira idade, mas sim de pessoas com deficiência mental. De momento, fiquei um pouco preocupado, e várias coisas me passaram pela cabeça: *"Mas... e se eu não conseguir?"*, *"Que tipo de actividades hei-de fazer?"* ou *"E se eles não estiverem a gostar, qual será o meu plano B?"*. Com bastante insegurança e sem outro remédio, disse-lhe que sim, que ficaria com esse grupo.

E o dia chegou. Se não me engano, era já noite e fazia muito frio, quando chegaram duas carrinhas cheias de gente e de bagagem. Ao abrirem-se as portas, sai um senhor alto e robusto que me abraçou como se fosse um pai que não via há anos, e que repetia insistentemente *"eu conheço-te a ti... eu conheço-te... é da Póvoa!"*. Embora, momentaneamente, tivesse estranhado aquela atitude, a verdade é que me pareceu uma forma bem calorosa de me dar as boas vindas. Ainda à porta da carrinha, também outro senhor, que se preparava para sair, já dizia com um grande sorriso *"Fogo... és o Samuel... tudo bem, Samuel?"*. Estes senhores, depois de algumas horas, eram o Manuel e o Miguel, respectivamente. Este foi o meu primeiro contacto com o grupo. Seguiu-se uma semana repleta de momentos de convívio e boa-disposição. O meu nervosismo inicial passou a dar lugar a um à vontade que era cada vez maior, à medida que ia conhecendo melhor os membros do grupo e que ia percebendo que, afinal, eles pareciam estar a divertir-se. Fizemos vários passeios, entre eles uma ida à feira de Viseu, coisa que parecia entusiasma-los particularmente. Acho que já há anos que não ia a uma feira e estava perto daquelas tendas de música que ainda vendem cassetes, e para todos os gostos de música popular portuguesa. Desde cassetes a outros acessórios e bugigangas, vários quiseram levar alguma coisa e o mesmo fiz eu, que perdi a cabeça e comprei também uns pares de meias. Creio que, nesse mesmo dia, acabámos a tarde no alto de uma serra a lanchar e a cantar, onde a Cidália, uma vez mais, dava a conhecer o seu inesgotável repertório de cantigas.



Noutra ocasião, fomos visitar a Aldeia da Pena, um lugar que parece ter ficado parado no tempo e que, talvez por essa razão, é tão bonito e único. E mais alguns lugares, por caminhos mais ou menos sinuosos, que encheram de colorido aqueles dias. Os serões foram sempre animados e cheios de música, que até faziam dançar os mais reservados como o Rui e o Frederico. Também a Sara revelou uns raros dotes de comunicadora que me deixaram impressionado. E outros momentos e pessoas me marcaram, os quais lembro muitas vezes com saudade.

Penso que é impossível ficar indiferente depois de uma experiência destas. Várias vezes me tenho perguntado qual a razão de ter gostado tanto desta semana. Talvez seja a naturalidade e sinceridade com que falavam e agiam, talvez a admiração que demonstravam por tudo o que eu fazia ou talvez o facto de conseguirem ver em coisas simples algo de relevante e divertido.

Agradeço aos membros da AAJUDE por todas estas marcas tão positivas, a todos os nomes que mencionei e aos que não mencionei, isto é a Noémia, Maria, Márcio, Cândida, Lisa e a Patrícia, e aos restantes que não puderam vir. Lamento, se alguma coisa não foi tão bem calculada da minha parte, e devo, por isso, também um especial agradecimento a todos os elementos do "staff" da AAJUDE que foram excelentes, e que souberam tomar conta de todas as situações.

Despeço-me com um grande abraço, e com votos que continuem a ter muitos bons momentos na AAJUDE! Espero poder visitá-los em breve, quando acabar o meu trabalho aqui no País de Gales.

O amigo Samuel



Samuel Ginga  
Psicólogo

**À CONVERSA COM...****Luísa Salgueiro, Deputada da Assembleia da República**

**- Sra. Dra. Luísa Salgueiro, como Vereadora da Acção Social da Câmara de Matosinhos, durante estes últimos anos, quais as situações/mudanças que mais a sensibilizaram e a fizeram sentir compensada em todo o seu percurso de trabalho?**

A Área Social é desde há muito, uma prioridade no concelho de Matosinhos e a nossa população, sejam os idosos, crianças ou pessoas com deficiência/incapacidade, tem merecido uma atenção muito especial. A Câmara de Matosinhos tem desenvolvido várias iniciativas na área da Acção Social, em articulação com o tecido social local e que visam responder a necessidades específicas da nossa população, nomeadamente no programa de actividades desenvolvido em conjunto com as Instituições Particulares de Solidariedade Social, o Cartão Matosinhos Sénior, a iniciativa Matosinhos Amigo, a Teleassistência, o Atendimento Integrado, entre outros.

O esforço de alargamento e qualificação dos equipamentos sociais, aumentando o número de lugares em creche e das vagas da valência de lar, apoio domiciliário integrado, centro de dia para os idosos e na criação de respostas sociais para as pessoas com deficiências/incapacidades, tem sido um dos objectivos nesta área.

A autarquia relaciona-se de forma muito próxima com as instituições realizando um trabalho de verdadeira parceria com as IPSS do concelho. Considero essa uma das grandes mais-valias em termos de intervenção social em Matosinhos.

É de referir também o trabalho em rede no âmbito da Rede Social que permite que o trabalho em parceria com as Instituições do Concelho saia fortalecido, isto porque o dinamizar das 10 Comissões Sociais de Freguesia promove a circulação de informação entre as instituições com maior eficácia, bem como um trabalho conjunto e articulado entre as mesmas.

Os matosinhenses podem continuar a contar com a autarquia, também na área social na área social, vai continuar “a estar perto das pessoas”, num esforço permanente de satisfazer as suas necessidades e corresponder às suas expectativas.

**- Que medidas considera pertinentes para a inclusão do cidadão deficiente?**

A área da Deficiência é uma das dimensões consideradas prioritárias no Diagnóstico Social do



Concelho de Matosinhos, tendo em conta esta problemática realizou-se em 2008 na Câmara Municipal de Matosinhos o encontro “Descobrir Potências na Deficiência Física e Mental” onde foram apresentadas experiências várias, nacionais e estrangeiras, nos vários Workshops realizados, discutiram-se de forma activa e participada, temas de interesse central para a problemática em questão. A reflexão e conclusões deste debate, permitiram reunir as propostas que se estruturam no Plano Municipal de Matosinhos para a Inclusão Social das Pessoas com Deficiências ou Incapacidades.

Este Plano surge da iniciativa da Rede Social do Concelho e começou a concretizar-se a partir do momento em que se identifica a necessidade de aprofundar o conhecimento, de todos os agentes envolvidos, sobre as diferentes realidades e expressões das deficiências e incapacidades.

O Plano Municipal de Matosinhos para a Inclusão Social das Pessoas com Deficiências ou Incapacidades define como objectivo estratégico “Garantir o direito à autonomia e à qualidade de vida das pessoas com deficiências e incapacidades, e estrutura-se em torno de 4 linhas de actuação: **Informação e sociedade; Educação, formação e inserção laboral; Acessibilidades; Serviços e condições de vida.**

Este Plano tem como objectivos principais: anular ainda algumas barreiras de acessibilidade existentes no concelho de Matosinhos; a nível das instituições pretende-se avaliar as suas necessidades quanto a possíveis adaptações de espaço favorecendo o acesso e mobilidade dos utentes; a realização de acções de formação para profissionais das instituições da Rede Social; alargamento da rede de equipamentos e serviços, criando mais Centros de Actividades Ocupacionais, Lares Residenciais, Serviço de Apoio Domiciliário e Centros de Dia; melhorar a qualidade dos serviços prestados, introduzindo nas instituições novas actividades de carácter lúdico-recreativo, educativo e terapêutico.

### **- Tendo em conta a Sua forte experiência na área da Acção Social, como sente a imagem da Deficiência Mental na nossa sociedade?**

A deficiência Mental assim como outros tipos de deficiência, é uma incapacidade que não é inerente à pessoa, considerando-se como um conjunto complexo de condições por vezes criadas pelo ambiente social. Neste sentido há que valorizar a responsabilidade colectiva no respeito pelos direitos humanos.

A persistência de imagens estereotipadas e preconceituosas que muitas vezes transformam as pessoas com deficiência em “coitadinhas”, tende a desaparecer. Esta imagem de desvalorização é muitas vezes fruto do medo da diferença; fruto da incomodidade e do desconforto que ela pode causar. É também uma imagem que acentua a separação entre nós e os outros não considerando que todos estamos de uma maneira mais ou menos acentuada, perante factores de risco em relação às deficiências, ou porque adoptamos determinados estilos de vida ou pelo próprio processo de envelhecimento.

**- Como perspectiva a vinda da nossa Instituição para o Concelho de Matosinhos?**

A área da deficiência é uma das prioridades no Diagnóstico Social do Concelho de Matosinhos, sendo assim a construção deste equipamento social por parte da vossa Associação é uma mais-valia para o Concelho de Matosinhos e irá permitir a construção de mais um equipamento de apoio social com Lar Residencial, centro de atividades ocupacionais e Serviço de Apoio Domiciliário. Esta nova resposta social vai permitir responder às necessidades sentidas nesta área no nosso concelho, podendo abranger mais pessoas com deficiência/incapacidade nas diversas respostas a criar.

Pretende-se uma melhoria da qualidade de vida e integração social destes cidadãos.

**Obrigada pela sua atenção.**

**Gratos pela sua Amizade.**

**CARTA BREVE A ...****Lisa Salabert**

Hoje venho estar um bocadinho só consigo, Lisa. Quero fazer-lhe uma pergunta, se mo permite: *“Como consegue ter uma pele tão maciazinha, uma doçura tão natural, uma tão discreta maneira de estar?”*

Dá conta de tudo o que se passa à sua volta, mas sabe o momento certo em que há-de confraternizar com todos nós e aqueles em que se quer isolar, em que lhe apetece não obedecer, fugir talvez da realidade.

Para que mundos vai, nessa altura? Melhores do que este, de certeza, com música só sua, o seu rádio, os seus fones, o seu sofá.

Mas as revistas, Lisa, e as bolachas e a Residência? Essas estão cá na Terra. E, atenta como é, a Lisa não as quer perder e então toma uma atitude – Deixa o seu sofá.

Há uma característica que é real e que eu muito admiro. Na AAJUDE todos são amigos. Mas a menina de que todos os colegas gostam, que tratam com muito carinho e verdadeiro respeito é a Lisinha.

Obrigada, Lisa Salabert, por tudo o que me tem dado, ao longo de todos estes anos, na compreensão da Vida, no nosso cumprimento de boas-vindas – *“Dona Chica / Sr. Pires”*.



Ana Maria Ponce

## NA NUDEZ FORTE DA VERDADE, SOB O MANTO DIÁFANO DA FANTASIA

(Eça de Queirós)

Vamos trazer até nós mais alguns dos nossos jovens, para estarem connosco um pouco, com as suas características muito próprias.

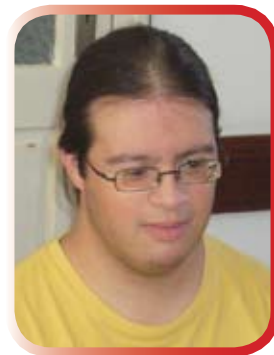


O **Rui Jorge** brincalhão, alegre, gosta de se isolar e representar, com mímica e palavras, os teatros que vai vivendo na sua imaginação. Vive-os plenamente, com a satisfação dum verdadeiro artista. É meigo e amigo de todos. Adora a música que vive intensamente. Qual é agora o seu CD mais querido, Rui Jorge? O dos "Onda Shoc". Adivinhei?

Mas brincalhão a valer é o **Rui Manuel**. Olhe que o Rui sabe muito bem "fintar-nos".

"Não quero fruta, dói-me a barriga", mas depois passa tudo e come a fruta e ainda se ri com ar de gozão.

Simpático, amigo, mimento, procura ser cada vez mais autónomo. E que mais, Rui? Desta vez vai casar com quem?



Menina serena, meiga, cumpridora e afectuosa, a **Ana Cristina** está sempre pronta a ajudar, recorrendo à sua autonomia que tem vindo a desenvolver.

Gosta muito de mandar e não deixa escapar qualquer "imperfeição" dos colegas nos seus trabalhos e nas suas atitudes. E eles vão aceitando as suas indicações, reivindicando, por vezes.



Verdadeiramente determinado é o **Frederico Serra**.

Sabe o que quer e procura superar-se nas dificuldades que possa sentir em qualquer ocasião. E consegue-o.

Os aviões são o seu ídolo. Mas voam lá tão alto, Kiko! Porém, decidido como é, o Kiko soluciona o caso com facilidade – Resolve optar pelo Metro.



O **Márcio** nasceu no Brasil e tem o seu sotaque muito característico. Alto, de passada larga, observador ao extremo, não deixa escapar nada... As reacções dos colegas, a T-Shirt que trazem naquele dia, a caderneta que podem ter esquecido, o “para quê” de tudo.

Márcio, deixe correr as coisas e liberte-se dessa ansiedade de estar sempre em cima do acontecimento. Olhe que, assim, “envelhece” mais depressa, e nós queremos-lo sempre jovem. Bom rapaz, este nosso Márcio.



As preocupações da **Cândida** são as sacas, quer a tiracolo, de mão, ou debaixo do braço. E, dentro delas, outras mais pequeninas com os cremes, muitos cremes, das mãos, dos olhos, da cara e não sei quantas mais partes do corpo.

Uma hora, pelo menos, a fazer a toilette, a retocar as imperfeições a procurar a beleza. Não acha tempo de mais, Cândida?

Adora a água para lavar, para sujar, para entornar. Muito meiga e alegre, deixa sempre saudades, quando não está presente.



As suas mensagens escritas, ilustradas, sempre com palavras de amizade e carinho, não podem deixar de tocar a nossa sensibilidade.

São da **Noémia** que as escreve às pessoas amigas em que ela mais pensa.

Calada, por temperamento, mas sabendo muito bem exprimir-se quando necessário, é desinibida se calha falar, mesmo na televisão, expondo os seus pontos de vista.

Com grande espírito de observação sabe distinguir o que é característico, importante e típico, nas diversas idas que faz com os colegas, a museus, parques, lugares desconhecidos... Depois descreve-os em diversas composições.

Mas, a ida ao café do Sr. Santos, tomar o pingo, ainda é a melhor. Estou certa, Noémia?



**Sara**, que havia de ser das nossas festas de aniversário sem os seus brilhantes discursos amigos? Desfaleciam, estou certa.

Alegre, de riso contagiante, amiga de todos, resolve, de vez em quando, deixar-se levar até outro “planeta”. Absorta, em Marte ou em Neptuno, a Sara isola-se no seu pensamento e esquece, por momentos, o dia-a-dia do nosso mundo. Faz bem, Sara. Mas nunca se deixe por lá ficar muito tempo. Desça depressa à Terra.

A viver no seu mundo mais adulto a **Ana Fernanda** também tem as suas infantilidades. Gosta dos peluches que lhe atravancam a cama.

Senhorinha, amiga dos colegas e dos nossos animais de estimação, procura ajudá-los a todos. Com a sua força de vontade e o seu esforço, conseguiu progredir nos estudos e fazer um exame em que foi aprovada e lhe deu auto-estima e desejo de continuar. O pior é a matemática, não é, Ana? Mas não desanime, porque não foge à regra. A matemática é, para quase todos, um verdadeiro bico-de-obra.

O telemóvel permite-lhe ir contactando a família, os amigos, tratando dos seus assuntos pessoais, na sua independência possível.



*Ana Maria Ponce*

**Continuaremos...**

## Vivendo...

Minutos, horas, dias, semanas, anos voam... arrastando-nos com eles.

Muitas vezes, na azáfama do dia-a-dia, não temos tempo para parar. Não temos tempo para sentir a brisa fria que toca os nossos rostos. Não temos tempo para rir. Não temos tempo para saborear a Vida.



Corremos. Empurramos o tempo. Saltamos os dias.  
Esperamos. Esperamos pelo amanhã, pelo fim-de-semana, pelo Verão, pelo Natal...  
Esperamos pelo que há-de vir. Esquecemo-nos do que está a acontecer.

Na correria dos dias, esquecemo-nos de aproveitar o que de melhor a Vida nos traz, e os dias vão desaparecendo numa rápida sucessão que não deixa rasto ou memória.

Engraçado...é o facto de que aqueles que são considerados como tendo mais limitações sejam aqueles que, na sua grande maioria, conseguem aproveitar de uma forma mais intensa e pura os grandes momentos que a vida nos vai oferecendo.

Aqui, na AAJUDE, aprendemos com os nossos jovens, verdadeiros especialistas na matéria, a aproveitar as pequenas "delícias" do quotidiano...seja uma visita inesperada, seja uma simples conversa no corredor da Instituição, seja um bonito dia de sol.

Aprendamos com eles.

Paremos de olhar para o calendário e para o relógio.

Aprendamos a dar mais valor ao que de simples nos acontece.

E aí...só aí... talvez consigamos alcançar a pura felicidade que os vinte jovens da AAJUDE todos os dias encontram.

*Lídia Guimarães*

## Ensinar a Aprender

Foram várias as histórias, os temas, os passeios, as visitas, o quotidiano que fomos trazendo para a nossa revista, que embora recente, faz já parte da vida da AAJUDE.

Hoje, pensei falar de Ensino...

Ao falar deste tema, vêm-me à memória muitas recordações: lembro-me dos anos passados na escola, do primeiro dia de aulas, do medo que senti. Lembro-me das cores, do cheiro da minha pasta, cheiro a novo, dela própria e dos livros que, misturados com o cheirinho do lanche, criavam um aroma inigualável e, acima de tudo, inesquecível. Recordo-me, também, da alegria sentida a cada primeiro dia de aulas de cada ano ou semestre, do reencontro com os colegas ou do contacto com os novos alunos ou professores.

Lembro-me das aulas, de algumas matérias com as quais mais me identificava. Como a História, vista como uma realidade mais do que vivida, presente... presente em tudo, nos monumentos, na arte, na língua, nos costumes, na cultura dos povos...nos deu a conhecer vivências totalmente distintas. Por vezes sentimo-nos levados, por verdadeiras máquinas do tempo, até às batalhas travadas pelas conquistas dos nossos antepassados, ou até aos conflitos mundiais. Também nos deixámos levar para os tempos das descobertas, e orgulhámo-nos da nossa História e dos feitos conquistados pelos nossos antepassados... A ciência e a evolução científica mostraram-nos como as sociedades se foram adaptando ao ambiente que as rodeia, e compreendemos a forma como os nossos antepassados geriam os recursos, tendo por finalidade a melhoria das condições de vida, visível através da evolução da arte, do vestuário, da alimentação, da habitação, dos transportes... As Ciências apresentaram-nos novos planetas, novas galáxias. Através da Biologia aprendemos a conhecer a natureza e a forma como ela se processa, também descortinámos o corpo humano, qual a utilidade de cada músculo, de cada membro para o bom desempenho do todo. O Português e as Línguas deram-nos a conhecer belas estórias e grandes autores que continuam vivos no imaginário de muitos alunos que voam até aos cenários por eles narrados.

Durante o longo percurso escolar, vivenciámos sentimentos distintos: desde a conquista e a descoberta de novos conhecimentos, a expectativa ou a desilusão, perante resultados abaixo do esperado, a admiração e respeito pelos colegas e professores, a amizade, o companheirismo e a alegria pelo reencontro com os colegas...

Na *Escola AAJUDE* não temos *disciplinas*, mas sim **atividades** e são várias, que, no seu conjunto, formam um horário bastante preenchido e variado.

E, assim, na segunda-feira, no Court de Ténis Adaptado, é vê-los a todos felizes, um por um, a mostrar



a sua perícia e habilidades de verdadeiros desportistas. Na terça-feira, o dia começa com a Horta Pedagógica. E, à tarde, a Música enche a AAJUDE com belas melodias. A quarta-feira é um dia bastante preenchido, começando cedo com a Natação. E, entre braçadas mais vigorosa ou mais modestas, entre salpicos e brincadeiras, todos aprendem novas estratégias e alcançam novas vitórias.

À tarde, depois do almoço, são várias as actividades. E em grupos rotativos, são todos encaminhados para as diversas actividades. A Hipoterapia, por ser no exterior e por envolver a Gigi e o Niagara é uma actividade que desperta grande interesse nos meninos.

Na quinta-feira, na Escolaridade, a professora dá a conhecer muitas coisas. Desde o Português, a Matemática, a História, ao Estudo do Meio. São vários os temas que dão o mote para uma manhã repleta de novas descobertas e maior desenvolvimento pessoal. A Ginástica e o passeio até ao ginásio, à tarde, representam, uma vez mais, um momento de grande alegria. E vão todos felizes para a sua caminhada e consequente sequência de exercícios que lhes fortalecem o corpo e o espírito.

Contrariamente a estas actividades, que apenas ocorrem uma vez por semana, outras actividades, como a Pintura a Tecelagem, a Cerâmica, a Informática, os Grupos de Desenvolvimento estão presentes no quotidiano da AAJUDE, e repetem-se por diversas vezes no horário e são, igualmente, actividades que suscitam grande satisfação e interesse de todos.

Tal como no ensino normal, a avaliação faz parte do processo de aprendizagem da *Escola AAJUDE*. No entanto, não é obtida através de testes, provas ou exames, e também não há um programa que é imposto a todos. Pelo contrário, há uma adaptação de cada actividade às capacidades de cada um. Assim, são avaliados de acordo com os objectivos estipulados, anualmente, para cada um. E, em função desses objectivos, vamos assistindo a grandes conquistas, a grandes vitórias de todos enquanto grupo, mas sobretudo, de cada um, individualmente.



Todos sentem forte motivação quando ultrapassam a indecisão de entrar na água, de montar a Gigi, de fazer um exercício na ginástica, de fazer um desenho ou uma pintura mais difícil... Portanto, para os nossos meninos o sentimento para com a função da Instituição não é diferente daquele que é vivido no ensino normal. O entusiasmo em cada situação é vivido da mesma forma. O medo e a expectativa

de cada nova actividade é também uma constante. A alegria e o entusiasmo perante o regresso, após o período de férias, é imenso e sempre vivido como único. A simplicidade com que festejam vitórias, que aos nossos olhos parecem pequenas, mas que para eles representam verdadeiras conquistas, pela perseverança e empenho que tiveram que impor para a sua concretização, é evidente.

Na *Escola AAJUDE* não se ensinam só o *a, e, i, o, u, o 1, 2, 3...*, o *dó, ré, mi...*, a cronologia da História, as descobertas científicas, o funcionamento do corpo humano, as diferentes línguas... Ensina-se que é possível ultrapassar limites, que é possível alcançar novas vitórias. E, sobretudo, apreende-se a valorizar cada conquista, por mais pequena e insignificante que ela possa parecer. Apreende-se o significado de palavras como: amizade e companheirismo quando todos se alegram com as vitórias dos outros, ou quando sentem a sua ausência; o respeito e admiração pelos colegas e pelos professores; a entrega quando se envolvem na concretização de um objectivo comum, a valorização do sentimento a par da racionalidade.



Na *Escola AAJUDE* o ensino não é unilateral, mas sim bilateral e atrevo-me a dizer que os profissionais que aqui trabalham não se limitam a ensinar os meninos que orientam. Têm o privilégio de aprender com eles...

*Júlia Fernandes*

## **Apartamento de Autonomização**

Um Apartamento de Autonomização tem como objectivo oferecer a jovens institucionalizados, maiores de 15 anos, um espaço que lhes proporciona uma transição adequada para uma vida social autónoma, através de um treino de competências sociais e pessoais e de um acompanhamento intenso e permanente, de forma que lhes sejam fornecidos instrumentos que os poderão ajudar após a sua autonomização.

Simultaneamente, pretende-se também criar condições para que os jovens tenham acesso aos recursos de que necessitam para a sua autonomização plena, ao nível da formação escolar/profissional, emprego, habitação.

É com muito prazer que vos venho falar do apartamento em que vivi uma experiência rica e indescritível. Tive a sorte de partilhar a vida de jovens rapazes sem incapacidades que tentam construir o melhor possível o seu futuro.

É para eles uma tarefa difícil, sempre um pouco arriscada. Estes jovens têm a coragem de enfrentar o futuro com um passado que lhes é pesado. Neste contexto, a palavra autonomia adquire um sentido bem peculiar, ou no mínimo, pouco comum. Não se trata apenas do simples facto de encontrar um primeiro emprego ou um apartamento. Não, trata-se de caminhar “sem rede”, sem suporte familiar em caso de dificuldade. Trata-se de não ter o direito de fracassar. Trata-se de ser forte desde os 21 anos! Não passa um dia sem que me pergunte como pode isso ser possível! Quem tem a resposta? Gostaria de saber, para oferecer a estes jovens um pouco menos de sofrimento e de preocupações.

O Apartamento de Autonomização é o palco onde se confrontam todas as angústias. O Apartamento é uma resposta social, mas nem sempre uma resposta por si só. É, em todo o caso, uma audaciosa vontade de encontrar soluções.

Neste contexto, tornam-se fundamentais os projectos individualizados. O projecto individualizado garante um acompanhamento único para cada jovem, tornando-o actor/mestre do seu futuro. Compete a cada um agir, apoiado pela Instituição e em função da sua história de vida. As histórias, os percursos, as trajectórias dos jovens são todas diferentes, assim como os ritmos. É muito difícil pôr um ponto final a um projecto individualizado. Torna-se então necessário falar de transição, mesmo sabendo, que de alguma forma, o término tem de ser alcançado. Organizá-lo é o que constitui toda a dificuldade.

Objectivos gerais do acompanhamento:

- Encorajar o alcance da autonomia plena dos educandos;
- Ajudar os residentes a atingir os seus objectivos;
- Encorajar a inserção social e desenvolver a cidadania;
- Cuidar do bem-estar dos jovens;
- Respeitar as histórias e os vínculos familiares de cada um.

Como é óbvio, o acompanhamento da rotina diária permite-me avaliar, encaminhar, corrigir, criticar, valorizar, festejar, etc., e às vezes mesmo abraçar... Através da organização das tarefas domésticas, tento construir o jovem. Construir é construir a personalidade dele, que já existe, mas na qual faltam muitas vezes segurança, vontade, auto-estima, rumos. Construir é permitir ao jovem não depender de alguém, ser o seu próprio patrão. Quero ver o jovem pensar, abrir-se, ser capaz de dizer *“fiz mal, não pensei como um homem, mas como uma criança”*. Quero ver o jovem com iniciativas, capaz de se des-senrascar. Quero ver o jovem capaz de verbalizar: *“SOS, preciso de ajuda”*.

E posso dizer que, durante o ano, vi jovens do Apartamento progredir muitíssimo neste sentido, e falo mesmo de todos. Parabéns!

*Ricardo Araújo*

*(Coordenador de Apartamento de Autonomização)*



## POPH

Estando o nosso projecto de arquitectura das Novas Instalações já numa fase adiantada, surgiu a oportunidade de Candidatura ao POPH (Programa Operacional do Potencial Humano), no Eixo Prioritário 6 – Cidadania, Inclusão e Desenvolvimento Social. Este Eixo compreendia o ponto 12 - Apoio ao Investimento em Respostas Integradas de Apoio Social, que entre outros, apoiava Centros de Actividades Ocupacionais, Lares Residenciais e Serviços de Apoio Domiciliário.

E, assim, lá iniciámos uma atribulada candidatura, sempre “ameaçada” por condições, requisitos, documentos, descrições do investimento, interpretações e prazos apertados (Fevereiro a Abril de 2009).

Dessas **condições** há a destacar a obrigatoriedade de existência por parte de entidade beneficiária (AAJUDE) de:

- Terreno em propriedade plena, livre de ónus ou encargos;
- Projecto de arquitectura devidamente aprovado pela Autarquia (C.M. Matosinhos);
- Pareceres favoráveis emitidos pelas entidades competentes (Bombeiros, Segurança Social e Delegação de Saúde).

Dos **requisitos e documentos**, destacaria a obrigatoriedade da AAJUDE:

- Dispor de contabilidade organizada;
- Ter a sua situação regularizada em matéria de impostos e de contribuições para a Segurança Social.

Quanto à **descrição do investimento** consistia em:

- Apresentação do projecto de investimento (memória descritiva do projecto de arquitectura);
- Fases e calendário de realização do projecto de investimento.

Com as **interpretações** pretendo referir as condicionantes inerentes à localização do terreno: junto a reserva ecológica, a uma ponte românica classificada e com o desenho do PDM (Plano Director Municipal de Matosinhos) não muito claro quanto aos limites de implementação do projecto. Com tudo isto, foi necessário o recuo do prédio, obrigando a um segundo projecto bastante diferente, em que o recurso a uma maior cave semi-enterrada, solucionou, e muito bem, toda a articulação dos espaços. Entretanto, esta corrida contra o tempo, era “acelerada” pelo preenchimento on-line do formulário de candidatura. Foram dezenas de páginas que puseram os nervos em franja à Dr.a Lídia.

Mas o esforço dos nossos técnicos e Direcção era por uma boa causa, pois tratava-se de uma candidatura para, criando estruturas de raiz, alargar o CAO (Centro de Actividades Ocupacionais) para 30 utentes, o Lar Residencial para 24 e ter condições para prestar Serviço de Apoio Domiciliário a 15.

Cumpridas todas as exigências, lá entregámos a candidatura no prazo (entretanto alargado mais alguns dias). Havia que esperar 60 dias pela resposta. Mas passaram 60, 70, 80 e já não sei quantos mais

e a resposta não vinha. Estaria a nossa candidatura com erros? Omissões? Eventualmente chumbada? Foram dias de angústia.

No dia 16 de Setembro chegou a tão esperada carta registada com a resposta. E a resposta era...

**Sim.** Foi **aprovado o nosso projecto de investimento**. Que alegria! Ainda que meio cépticos quanto à veracidade de tal informação. Não parecia verdade. Mas era!

Não posso deixar de enaltecer e agradecer todo o empenho da C.M. de Matosinhos, seja da sua equipa autárquica seja das suas equipas técnicas. Foi um prazer trabalhar com todos eles, sentindo o seu sincero apoio à área da deficiência tão carenciada de investimentos em novas estruturas. O concelho de Matosinhos vai ficar mais rico com as novas estruturas da AAJUDE, da APPACDM e da ALADI, entre outras.

A colaboração entre a AAJUDE e a Câmara não se encerra aqui, pois, para além do apoio ao investimento que dela iremos receber, certamente novos projectos surgirão, a desenvolver em conjunto.

Temos agora 6 meses (a contar da data de assinatura do Termo de Aceitação) para iniciar a obra, após adjudicação da empreitada feita por concurso. E, no máximo, a obra terá de estar concluída em 36 meses.

**E então será assim...**



***Um Santo Natal a todos os que vão tornando os nossos sonhos possíveis.***

*Paulo Lopes*

**AAJUDE - Associação de Apoio à Juventude Deficiente**

Rua João Pedro Ribeiro, 732 – Casa 3 - 4000-305 Porto

Telefone/Fax: 225 501 943 – e-mail: [aajude@sapo.pt](mailto:aajude@sapo.pt)