

Nº12
MAIO
2023

AUTÊNTICO

O JORNAL OFICIAL DA APPDA LISBOA



NESTA EDIÇÃO:

O QUE É O AUTISMO?

O MÊS DO AUTISMO

ANIVERSÁRIO DA APPDA LISBOA

QUE TEM ACONTECIDO?

MAKING OF IRS

FORMAÇÕES

OLHO JOGO

A NÃO PERDER

EDITORIAL

“Agora vou-te contar o tal segredo.
É muito simples: só se vê bem com o coração.
O essencial é invisível aos olhos...”

Saint-Exupéry

Este é um segredo sábio que a raposa conta ao Príncipezinho e que considero ser – e tem sido – fundamental na vida da APPDA LISBOA, que celebrou, no passado dia 16 de março, o seu 52.º Aniversário e mostra ter cada vez mais coração para ver o essencial!

Por isso nunca é demais lembrar e renovar, a cada ano que passa, os valores pelos quais a nossa Associação pauta a sua ação: solidariedade, respeito pela dignidade das pessoas, não discriminação e inclusão, associativismo, espírito de missão e competência.

E são estes valores que encontramos em cada iniciativa e cada atividade – e são tantas – que vão sendo relatadas nesta edição do AUTÊNTICO, com especial destaque para todas as que ocorreram no mês de abril, dedicadas à consciencialização do autismo, na esperança de que a comunidade veja “com o coração” a essência das pessoas com perturbação do espectro do autismo e as acolha e integre sem questionar.

Só assim poderemos alcançar uma inclusão plena!



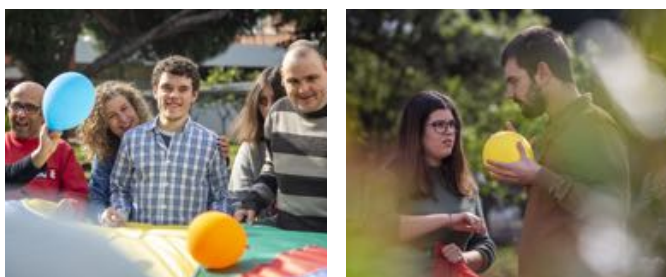
Sara Tavares Silva - Secretária da Direção
Desenhada por Sandra
Maio de 2023

O AUTISMO TEM TODAS AS IDADES - 0,5% do seu IRS permite melhorar a qualidade de vida em todas elas. Até ao dia 30/06, contamos consigo para consignar este valor a favor da APPDA LISBOA, sem qualquer custo para si, bastando para isso indicar o nosso NIF - 505 713 705.

O QUE É O AUTISMO?

No dia 2 de abril, assinalou-se o Dia Mundial para a Consciencialização do Autismo. Por este motivo, esta edição do jornal AUTêntico é dedicada ao autismo. De seguida, iremos explicar o que é a Perturbação do Espectro do Autismo (PEA) e quais os critérios de diagnóstico.

As PEA são uma condição clínica presente desde a infância e de caráter permanente, decorrente de alterações no desenvolvimento e na maturação do sistema nervoso central, que acarreta um funcionamento cognitivo e sócio-comunicacional atípico.



Esta perturbação pode-se manifestar através de:

- Défice de reciprocidade social/emocional;
- Défice nos comportamentos comunicativos não-verbais usados para interação social;
- Défice no estabelecimento e/ou manutenção de relações apropriadas ao nível etário (além dos cuidadores);
- Padrões de comportamentos, interesses ou atividades restritos e repetitivos, tais como: movimentos, uso de objetos ou fala repetitivos ou estereotipados; adesão inflexível a rotinas, rituais ou comportamentos não-verbais padronizados; interesses altamente restritos e fixos, que são anormais na intensidade ou foco; e híper ou hiporreatividade a estímulos sensoriais ou interesses invulgares em aspetos sensoriais do ambiente.

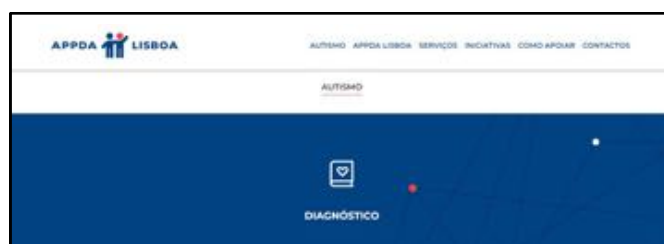
As pessoas com Autismo apresentam ainda alterações na coordenação do movimento (sequência e timing), na perceção do corpo, no controlo emocional, na atenção seletiva e capacidade de antecipação, na perceção e adequação da interação social e, conseqüentemente, na atenção conjunta e no agrupamento e generalização conceptuais, que apontam para alterações difusas (ou, no mínimo, multifocais) do que geralmente designamos por Funções Integrativas.

De acordo com o Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – DSM-V (APA, 2013), o autismo assume a designação de Perturbação do Espectro do Autismo, dado o seu perfil e gravidade variável, estabelecendo-se os seguintes critérios de diagnóstico (APA, 2013):

- A - Défices persistentes na comunicação e interação social, em todos os contextos do indivíduo, no presente ou no passado;
- B - Padrões de comportamentos, interesses ou atividades restritos e repetitivos;
- C - Os sintomas devem estar presentes desde cedo na infância mas podem não ser completamente manifestados até que as exigências sociais excedam os limites das capacidades;
- D. No seu conjunto limitam e criam limitações na funcionalidade diária;
- E. Não podem ser explicadas por outras perturbações de desenvolvimento.

Quanto à gravidade, as PEA podem classificar-se em 3 níveis, segundo o DSM-V: nível 1 - requer apoio; nível 2 - requer apoio substancial; e nível 3 - requer apoio muito substancial.

A identificação de sinais de alerta para o autismo pode conduzir a um diagnóstico e intervenção em idades também mais precoces. Até há alguns anos atrás, os diagnósticos de perturbação do espectro do autismo ocorriam tipicamente após os 3 ou 4 anos de idade. Felizmente, cada vez mais cedo estão a ser identificadas e diagnosticadas as crianças, que assim podem ter acesso a um acompanhamento e intervenção precoces, bem como as suas famílias.



Para saberem mais sobre este tema, consultem o nosso site.



VEJAM UMA BREVE EXPLICAÇÃO SOBRE O AUTISMO.



ENTREVISTA

O AUTêntico entrevistou o diretor clínico da APPDA LISBOA, o professor Carlos Filipe.

Quais são os maiores desafios das pessoas com autismo e dos seus familiares, ao longo da vida?

Os desafios que as pessoas com autismo e as suas famílias enfrentam, dependem de duas variáveis principais: a idade da pessoa com autismo e o seu grau de autonomia.

Assim, nos primeiros anos de vida o acesso a cuidados de saúde especializados, o diagnóstico e o acesso a estruturas competentes de intervenção precoce, constituem os principais desafios. O diagnóstico precoce é essencial para iniciar a intervenção e, tanto um como a outra, dependem do acesso a instituições de saúde especializadas em perturbações do neurodesenvolvimento. A dificuldade de acesso a estas instituições, especialmente fora dos grandes centros urbanos e no interior do país, é, talvez o maior desafio que os pais enfrentam nestas idades.

Durante a infância e até à adolescência o maior desafio é o da integração das crianças com autismo na escola. Dependendo do grau de autonomia da criança, do seu nível intelectual, de ser ou não ser verbal e de poder ter alterações do comportamento mais ou menos graves, assim são diferentes os recursos que lhes deveriam ser facultados. Nem sempre esses recursos existem perto do local de residência e, nem sempre, são facultados às famílias. Mais uma vez, esta carência faz-se sentir com maior gravidade fora dos centros urbanos.

A passagem para a vida adulta é um desafio dos maiores. Sem acesso a estruturas escolares, os jovens adultos com autismo têm muito pouco para onde ir e onde possam ter apoio adequado. Mais ainda se se procurarem estruturas, formativas ou ocupacionais, que tenham em conta as suas necessidades específicas. As poucas que existem estão sobrelotadas e, na maioria dos casos, com pouca experiência em autismo. Em muitos casos um dos pais terá de se desempregar para ficar em casa com o filho, ou filhos, com autismo. À perda de qualidade de vida da pessoa com autismo e da família irá então somar-se a diminuição da sua capacidade económica.

Finalmente, à medida que os anos passam e os pais envelhecem, acresce a todas as outras, a preocupação com o futuro do filho com autismo. A escassez de estruturas residenciais ou de apoio residencial é aflitiva. As poucas que existem, com listas de espera intermináveis, estão orientadas sobretudo para os casos das pessoas com menor autonomia. São quase inexistentes as residências protegidas e o apoio domiciliário é frequentemente desadequado.

A tentativa de encontrar respostas para estas dificuldades tem vindo, quase sempre da sociedade civil. Suspeito que continuará a ser assim. A importância das associações de pais e a mobilização em torno destas associações é, por isso, fundamental.



O número de casos tem vindo a aumentar? Se sim, existirá algum motivo?

Continua a não estar comprovado se o número de casos de autismo tem vindo mesmo a crescer. Certo é que o número de casos diagnosticados tem vindo a aumentar de forma muito significativa. Para isto contribuem vários fatores: o melhor acesso a serviços de saúde que fazem o diagnóstico; a divulgação do autismo nos meios de comunicação social e, sobretudo, nas redes sociais; a escolaridade obrigatória e o acesso generalizado aos diferentes níveis de ensino, o que leva à sinalização dos alunos com dificuldades de aprendizagem. Não menos importante tem sido o alargamento dos critérios de diagnóstico, muitas vezes sem base científica que os suporte. O autodiagnóstico, frequentemente sustentado só com base em listas de sintomas mais ou menos gerais, divulgados na internet, e a constituição de grupos de pressão de pessoas com "autismo", baseados nesses "critérios", pode também contribuir para o crescimento de falsos positivos e uma perceção, aqui errada, de crescimento do número de casos.

Finalmente, pode haver fatores que contribuam para o crescimento real do número de casos de autismo.

Entre estes têm sido referidos como importantes a melhoria dos cuidados pré natais e neonatais, por viabilizarem maior número de nascimentos de risco e a idade avançada dos pais. Não está provado que existam quaisquer fatores ambientais (ex.: alimentação, poluentes, vacinas, etc.) que contribuam para o desenvolvimento de casos de autismo.

Na sua opinião, o que considera mais importante para promover a qualidade de vida das pessoas com autismo?

É fundamental atender às necessidades de cada pessoa com autismo e de cada família. O adequado num caso, não o é necessariamente adequado noutra. Há, por isso a necessidade de avaliar cuidadosamente cada caso no sentido de adaptar a oferta e as estratégias de intervenção. Na cabeça da lista surgirão, muito provavelmente, as resoluções dos desafios referidos no primeiro ponto desta entrevista.

O AUTÊNTICO FEZ UMA ENTREVISTA AO

AUTÊNTICO



PROFESSOR CARLOS FILIPE.



O MÊS DO AUTISMO

No dia 2 de abril celebra-se o Dia Mundial da Consciencialização do Autismo. Assim, ao longo do mês de abril houve várias exibições do documentário The Ziguais e foram organizadas diversas atividades relacionadas com o autismo. Vamos contar-vos já tudo!

DOCUMENTÁRIO THE ZIGUAIS NA TV

A APPDA LISBOA foi contactada pela Disney, que manifestou interesse que o documentário The Ziguais, produzido pela Tworlds Productions, fosse exibido no dia 2 de abril nos canais FOX Life Portugal e National Geographic Portugal. Foi um sucesso! Quem é que viu?

O DOCUMENTÁRIO "THE ZIGUAIS" FOI EXIBIDO NA



FOX LIFE E NATIONAL GEOGRAPHIC PORTUGAL.

FOXlife

NATIONAL
GEOGRAPHIC
PORTUGAL

OUTRAS EXIBIÇÕES

No mês de abril decorreram três sessões especiais do documentário "The Ziguais", com conversa entre o público e a equipa da APPDA LISBOA, no Hotel Inspira (6 de abril), no Cinema São Jorge (13 de abril) e, por fim, no Fórum Cultural de Alcochete (22 de abril). Neste último, houve também uma atuação da nossa fantástica banda.



O DOCUMENTÁRIO "THE ZIGUAIS" FOI EXIBIDO NO



THE
ZIGUAIS
BANDA DA APPDA LISBOA



HOTEL INSPIRA, CINEMA DE SÃO JORGE E FÓRUM

inspira®
Liberdade
Boutique
Hotel

SÃO JORGE CINEMA

CULTURAL DE ALCOCHETE.



NOTÍCIAS MAGAZINE

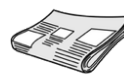
No dia 2 de abril foi publicada uma reportagem sobre os The Ziguais na revista Notícias Magazine.



Vejam aqui a
reportagem completa.
Está incrível!



LEIAM A REPORTAGEM NA NOTÍCIAS MAGAZINE.



NOTÍCIAS
magazine

DESAFIO AUTÊNTICO

No dia 22 de abril, decorreu na APPDA LISBOA o Desafio AUTÊNTICO. Neste evento, participaram 50 pessoas, entre as quais autistas, familiares, amigos, atletas de CrossFit, entre outros.

Foram preparados três treinos diferentes, que foram realizados no ginásio e no jardim da APPDA LISBOA. Os participantes realizaram os treinos, divididos em três grupos. O feedback de todos foi muito positivo!

A equipa APPDA LISBOA agradece à CrossFit Alphaden o seu apoio, dedicação e profissionalismo. Agradece também aos participantes o espírito de entreajuda e motivação, mesmo nos momentos mais desafiantes!

Nestas atividades, procurou-se sensibilizar os colegas para a temática do autismo, de uma forma lúdica e divertida. Foi uma manhã muito bem passada!



A PSICOMOTRICISTA FEZ ATIVIDADES NA ESCOLA.



ANIVERSÁRIO DA APPDA LISBOA

A propósito do aniversário da APPDA LISBOA, a Dr.^a Maria Paula Figueiredo, presidente da Direção, escreveu o seguinte:

“Celebramos hoje esse dia 16 de março de 1971 em que foi formalmente reconhecida a constituição da primeira associação que em Portugal teve como foco o autismo.

Essa nossa associação-mãe foi criada por um grupo de pais de crianças com autismo que puseram em comum as suas competências e não regatearam os seus esforços para fazer crescer e expandir-se pelo país a estrutura que quiseram pôr de pé, promovendo o conhecimento e a investigação da até então quase ignorada patologia, observando o que de mais atual se verificava em países mais avançados nestes caminhos, para proporcionar o desenvolvimento dos seus filhos.

Celebramos esse espírito pioneiro, mas esta é também a ocasião para celebrar e agradecer o contributo de todos os que partilharam e partilham esta senda pelo mundo sempre surpreendente do autismo:

- as pessoas com autismo, nos seus vários graus, com as suas diferentes capacidades e necessidades, mas todas com a seu direito a um lugar na comunidade, que as deve reconhecer na sua especificidade e aceitar como enriquecedora a sua diversidade;



O DESAFIO AUTÊNTICO FOI FANTÁSTICO!



ATIVIDADES NA EB1/JI SARAH AFONSO

No dia 26 de abril, comemorou-se o Dia Mundial da Consciencialização para o Autismo na EB1/JI Sarah Afonso, do Agrupamento de Escolas de Santa Maria dos Olivais.

A psicomotricista do Centro de Recursos para a Inclusão (CRI) Sara Ferreira desenvolveu várias atividades com todas as turmas da escola.

- os familiares, os cuidadores, tantas vezes surpreendidos e impreparados para os desafios das situações com que se deparam;
- os que consagraram e os que consagram grande parte das suas vidas ao trabalho nesta área, na investigação, no apoio clínico e terapêutico, no apoio direto.

É o dia de todos nos comprometermos a continuar a obra iniciada em 1971 e contribuirmos para construir uma comunidade em que todos tenham lugar, os que precisam de apoio os tenham, efetivos e adequados, os que busquem a realização pessoal e profissional a encontrem e todos possam ter um caminho feliz.

PARABÉNS a todos!"



A APPDA LISBOA FEZ 52 ANOS. PARABÉNS!

APPDA LISBOA

52



QUE TEM ACONTECIDO?

De seguida, iremos contar-vos as novidades que foram acontecendo ao longo dos últimos meses.

ESTÁGIO ERASMUS +

O Estabelecimento de Educação Especial (EEE) tem uma estagiária, a June Merino.

A June frequenta o curso técnico-profissional de Cuidadores de Pessoas em Situação de Dependência, através do CIFP Iurreta.



O seu objetivo é estagiar na área da Saúde, mais especificamente como cuidadora de pessoas em situação de dependência, de forma a adquirir os conhecimentos necessários para o seu futuro percurso profissional. O período de estágio é entre março e maio de 2023.

A June tem sido uma ajuda muito importante no dia a dia destes jovens. Obrigado!

O EEE TEVE ESTAGIÁRIA DO PROGRAMA ERASMUS+.



PIT NO EEE

Atualmente, 12 alunos do EEE têm um Plano Individual de Transição (PIT). O PIT aplica-se a todos os alunos que têm um programa educativo individual e inicia-se três anos antes da idade limite da escolaridade obrigatória. Este plano tem como objetivo promover a transição para a vida pós-escolar e, sempre que possível, para o exercício de uma atividade profissional. O PIT deve orientar-se pelos princípios da educabilidade universal, da equidade, da inclusão, da flexibilidade e da autodeterminação.



No EEE, são desenvolvidos PITs na lavandaria, onde é efetuada a dobragem de lençóis e toalhas; no refeitório, onde é feito o transporte do carrinho das refeições, colocadas as mesas e servida a comida para os colegas; e na jardinagem, na qual é realizada a rega e cultivo de plantas e a limpeza do recreio, como varrer e apanhar o lixo com pinça. Para além destes, também é promovida a autonomia, nomeadamente, atividades da vida diária, onde se inclui o vestir e o despir e a higiene pessoal.



OUTRA BÍZARRA SALADA

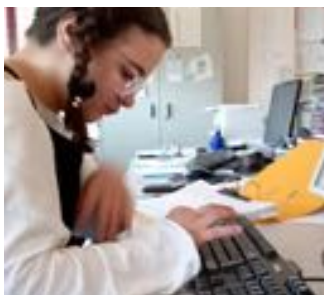
Por fim, um dos PITs é desenvolvido na secretaria da APPDA LISBOA, com a colaboração da secretária da Direção, Paula Paudal, que nos escreveu um pequeno texto sobre o trabalho que está a ser feito.

"Os serviços de secretaria e os seus colaboradores, ganharam o poder da diferença e, incluíram de forma feliz a jovem Catarina Loureiro, dando-lhe a hipótese de aprender e pôr em prática, de forma divertida e eficaz, uma série de tarefas no âmbito dos trabalhos administrativos. Muito haveria a dizer sobre a Catarina, mas fiquemo-nos pelo essencial. A Catarina chega, normalmente, por volta das 10h e fica até às 11h30. Desempenha diversas tarefas, tais como: atendimento e reencaminhamento telefónico, identificação de dossiers e arquivo de documentos, pesquisas na internet, pesquisas de endereços de email e envio de informação.

Apesar de necessitar de ser orientada (pistas verbais) tem vindo ao longo do tempo a evoluir, tanto a nível comportamental, quanto na aquisição de conhecimentos. Interage com os outros de forma adequada, explicando o que pretende ou questionando quem a aborda, quase sempre, de forma correcta e assertiva, seja presencialmente ou pelo telefone.

Ver a Catarina a atender os telefonemas dizendo prontamente: "daqui fala a Catarina Loureiro, da empresa APPDA LISBOA (sim, para ela somos uma empresa), o que deseja?" conseguindo, na maior parte das vezes, dar continuidade à conversa ou adequadamente passando a chamada para outra pessoa, deixa-nos a todos, com um sorriso na cara."

Paula Paudal - Secretária da Direção



A APPDA LISBOA foi convidada pela Beatriz Batarda para participar na peça "Outra Bizarra Salada", que decorreu no mês de fevereiro, no Teatro São Luiz,

Na folha de sala da peça pode ler-se o seguinte:

"Convoca-se para a festa uma orquestra em convulsão, uma maestrina em esforço, um músico especialista no boicote, mais "dois rolos de serpentinas a guarnecer as terrinas, vinha d'alhos de oito dias com ensopado de enguias, tinta de óleo matizada, dois ratos de caldeirada, mexe-se bem com a colher, tudo isto que disse e mais se houver". É a receita da Bizarra Salada, coma-a toda e não deixe ficar nada.

Agradeço em especial, a alegria dos "transeuntes" que entenderam que era seu lugar dar resposta a esta convocação pelo direito à festa."

Agradecemos a oportunidade de acompanhar estes alegres "transeuntes". Foram verdadeiros dias/noites de festa, com direito e oportunidade para a participação ativa, ao jeito de cada um!



OBRIGADO PELO CONVITE!



QUIOSKE DO JARDIM

Em março, o Quioske do Jardim da APPDA LISBOA abriu!

ideia surgiu devido à necessidade de criar um espaço na APPDA LISBOA onde pudesse ser desenvolvida a autonomia e a interação. Para além disso, este quiosque possibilitaria a existência de uma zona de lazer, para promover o bem-estar de quem lá trabalha e de quem usufrui do espaço.

NO EEE SÃO TRABALHADAS COMPETÊNCIAS



IMPORTANTES PARA A VIDA ADULTA.



Para pôr em prática esta ideia, foi necessário construir, pintar e decorar o quiosque. Todo este trabalho demorou cerca de 2 meses.



Quem trabalha no Quioske do Jardim tem como funções: tirar cafés; servir bolos; receber pagamentos; fazer e fixar cartazes a publicitar o que vai ser vendido; fazer sumos; levar e trazer a loiça para o quiosque; e montar e desmontar a esplanada.

Normalmente, o Quioske do Jardim está em funcionamento às terças, quartas e quintas-feiras, entre as 12h30 e as 14h30.

Venham visitar-nos!

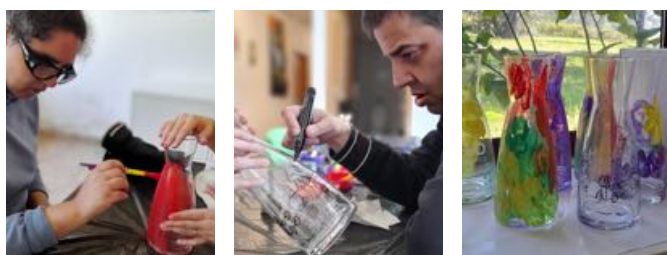
VENHAM AO NOSSO QUIOSQUE!



EPAL

No passado dia 22 de março, Dia Mundial da Água, tivemos uma atividade diferente no CACI da APPDA LISBOA. Foram personalizados vários jarros, cujas fotos foram depois partilhadas com a EPAL!

Esta atividade foi realizada no âmbito da campanha de divulgação da excelência da qualidade da água da torneira em Lisboa numa ótica de promoção da sustentabilidade ambiental, enquadrando-se também no cumprimento dos ODS da Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável.



A EPAL forneceu os jarros de vidro “Água da EPAL”, gratuitamente, a entidades públicas e privadas que pretendem aderir ao consumo exclusivo de água da torneira para serem usados nas suas áreas comuns.

Obrigada à EPAL por estes jarros que já estão a uso na APPDA LISBOA!

PINTAMOS JARROS NO DIA MUNDIAL DA ÁGUA.



PÁSCOA NA APPDA LISBOA

Para comemorar a Páscoa, no dia 6 de abril, de manhã, o CACI (Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão) e o EEE fizeram uma caça aos ovos. Cada sala recebeu um conjunto de cartões com pistas sobre a localização dos ovos e foram procurá-los! Foram uns excelentes detetives, porque os ovos foram todos encontrados!

Da parte da tarde, houve uma atuação da banda, seguida de um fantástico lanche.



FIZEMOS UMA FESTA NA PÁSCOA!



DECATHLON

Ao longo dos últimos meses, a Decathlon Amadora tem promovido atividades desportivas nas suas instalações, no âmbito do projeto DESAFIAR LIMITES.



Para além disso, os utentes do lar da Ajuda foram convidados para participar numa caminhada no dia 26 de março. Estas iniciativas irão continuar a acontecer!

OBRIGADO PELAS ATIVIDADES, DECATHLON!



DECATHLON

ESPAÇO EXTERIOR

Graças à Fundação Decathlon e à Associação D. Pedro V, a APPDA LISBOA tem dois espaços novos: uma zona para prática desportiva ao ar livre, ao pé do ginásio, e uma zona de lazer junto ao lar, com mesas e bancos. Temos também um equipamento de manutenção novo, para exercitar os membros superiores.

Vejam a diferença entre o "antes" e o "depois". São dois espaços fantásticos, não são?



VEJAM COMO ESTÁ BONITO O NOSSO JARDIM.



WALK & RUN PORTUGAL

Estabelecemos um protocolo com a Walk and Run Portugal, que visa o desenvolvimento de atividades de interação com o meio exterior e tem como objetivos, entre outros, desenvolver competências pessoais, sociais e relacionais, e estimular a socialização e a autonomia das pessoas com PEA através da promoção da atividade física para todos.

Ao abrigo do protocolo, a Walk and Run disponibiliza um professor/treinador (voluntário) para realização de atividades de preparação para os trails com os nossos atletas, nas instalações da APPDA LISBOA, uma vez por semana.

Está programada a participação de alguns dos nossos clientes em caminhadas, uma vez por mês, organizadas pela Walk and Run e abertas ao público em geral.

A primeira em que participámos realizou-se no dia 8 de abril.



No dia 28 de maio participámos na 6ª edição do Lisboa Green Trail (prova de Trail Running) para o qual os prémios foram feitos também na nossa oficina de expressão plástica.



TEMOS UMA PARCERIA COM A WALK AND RUN.



DIADA FAMÍLIA

Na segunda-feira, dia 15 de maio, assinalou-se o Dia da Família!



Houve Jogos Tradicionais, uma atuação dos The Ziguais e um fantástico lanche, partilhado pela grande família APPDA LISBOA.

Obrigada pela presença de todas as famílias neste dia especial.

NO DIA 15 DE MAIO FESTEJAMOS O DIA DA FAMÍLIA.

15



ANITA VAI À PRAIA

No dia 23 de maio, foi realizada uma atividade no âmbito das atividades Intercentros, dinamizada pela ANITA - Associação Nacional de Intervenção no Transporte e Autonomia (IPSS) através do seu Clube de Desporto Adaptado. A atividade "Anita vai à Praia" realizou-se na praia de Carcavelos e contou com várias outras instituições, nomeadamente, Quinta Essência, AMORAMA, APERCIM, AFID, APECI e Casa de Saúde de Idanha.

Algumas das atividades desenvolvidas foram surf, stand up paddle, bodyboard, kayak e corfebol.

Foi um dia muito bem passado!



FIZEMOS ATIVIDADES NA PRAIA DE CARVACELOS.

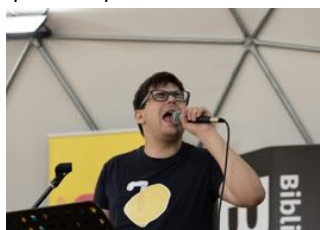


FEIRA DO LIVRO DE LISBOA

Os The Ziguais foram convidados para atuar no dia de abertura da Feira do Livro de Lisboa, dia 25 de maio.



O convite foi feito pelas Bibliotecas Municipais de Lisboa. Obrigada pelo convite. Foi uma tarde inesquecível para todos os elementos da banda e para o público!



OS "THE ZIGUAIS" FORAM À FEIRA DO LIVRO.



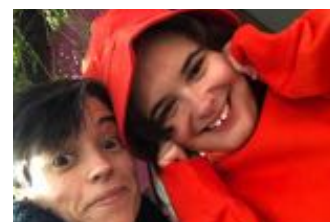
MAKING OF IRS

Aqui estão algumas fotografias do making-of da campanha de IRS deste ano!

Além da divulgação desta oportunidade de benefício para a APPDA LISBOA, decidimos promover o mote "O AUTISMO TEM TODAS AS IDADES".

Para isso proporcionamos uma tarde diferente a este grupo de autistas, que foram modelos fotográficos por umas horas! Queremos agradecer à equipa de fotografia, stylist e iluminação, por ter agarrado este desafio e imortalizado estes momentos felizes e que espelham tão bem a diversidade deste diagnóstico.

Não se esqueçam que a partir de amanhã e até dia 30 de junho já podem escolher fazer a doação, sem custos, de 0,5% do valor do IRS para a APPDA LISBOA.



Basta para isso indicarem o nosso NIF 505713705 no quadro 11 do modelo 3 do IRS.

Contamos convosco!

VEJAM O MAKING OF DA CAMPANHA DE IRS.



FORMAÇÕES

Desde a sua fundação que a APPDA LISBOA promove a consciencialização e conhecimento sobre Autismo, na comunidade, de forma a contribuir para uma inclusão e participação efectiva de todos.

Actualmente, observamos uma crescente diversificação do tipo de entidades que nos procuram para este tipo de iniciativas, tal como podemos constatar nas nossas mais recentes acções.

No contexto educativo, no passado dia 16 de março, participámos na palestra "Autismo e Bullying", dirigida a alunos, na Escola Secundária Maria Amália Vaz de Carvalho, em Lisboa, a convite de um grupo de alunos do 12º ano, que fez uma angariação de fundos para a APPDA LISBOA. Mais tarde, no dia 22 mês de Maio, participámos na sessão "Compreender o Autismo - Avaliação e Intervenção", dirigida a encarregados de educação e restante comunidade escolar, que teve lugar no Agrupamento de Escolas Fernando Namora, na Amadora. Nestas duas sessões, destacamos a elevada participação do público, indicadora de um interesse crescente na aprendizagem de estratégias para lidar com pessoas com Autismo no contexto educativo.

Felizmente, enquanto que no passado este tipo de acções eram solicitadas apenas por escolas, actualmente, recebemos pedidos de entidades municipais, culturais, desportivas e empresas. Aqui ficam alguns exemplos do que temos feito.

A Câmara Municipal de Vila Franca de Xira convidou-nos a participar na sessão "Autismo - Sinais de Alerta e Sugestões de Intervenção", no passado dia 4 de Abril, dirigida à comunidade educativa, e a elementos da PSP da equipa "Escola Segura".

O interesse do sector da Cultura em disponibilizar ofertas culturais inclusivas é cada vez maior, como podemos constatar pela crescente procura do nosso apoio na capacitação das equipas e no ajuste da oferta cultural de cada espaço. Recentemente, em parceria com a Acesso Cultura, dinamizámos acções de formação com a equipa da Cinemateca Júnior e com a equipa do Museu de Almada. Paralelamente, temos realizado consultoria regular para as Sessões Descontraídas da Cinemateca Júnior, de forma a preparar as histórias visuais que acompanham cada sessão, antecipando possíveis cenas ou elementos do filme que podem provocar desconforto em espectadores com Autismo.

Passando da cultura para o desporto, observamos que também nesta área há cada vez maior investimento para tornar as modalidades acessíveis a todos, e neste sentido, a Associação Naval de Lisboa dinamizou a Conferência Internacional "Rowing for All", na qual tivemos o prazer de apresentar o projecto "Desafiar Limites", no painel Desporto para Todos. Este exemplo de boas práticas no Crossfit, serviu de mote para discutir a inclusão social através do desporto e os benefícios para a saúde.

Para finalizar, e após termos noticiado as nossas acções em escolas, municípios, entidades culturais e desportivas, resta falar de empregabilidade. A convite da Mercer e da AIG dinamizámos duas sessões on-line com participação de perto de 200 colaboradores de ambas as empresas, no sentido de sensibilizar as equipas para o impacto do Autismo em várias áreas da vida, destacando as implicações na vida adulta e no acesso ao emprego.

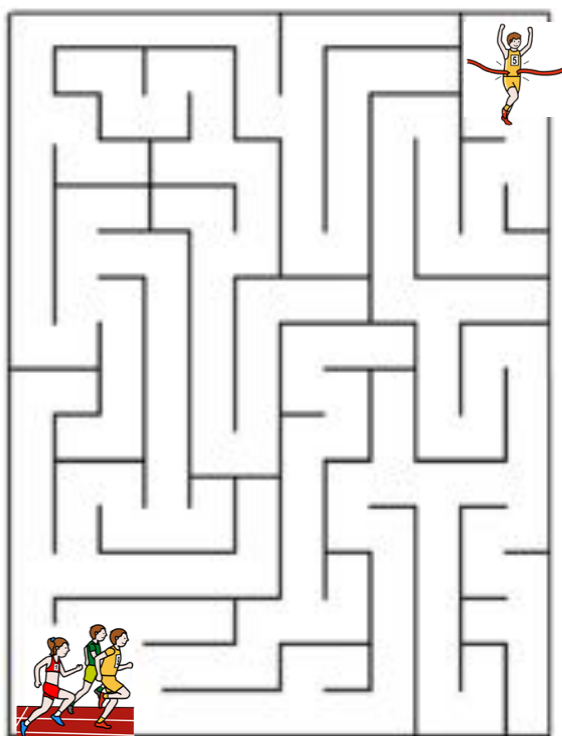


TEMOS DADO MUITAS FORMAÇÕES!



OLHO JOGO

Faz o labirinto.



4 - O documentário The Ziguais foi exibido em que canal?



NOTÍCIA DE ÚLTIMA HORA

O documentário The Ziguais vai ser exibido no Cinema Fernando Lopes, no dia 3 de junho.



No dia 30 de junho, volta a brilhar o arraial na APPDA LISBOA. Estão todos convidados!



Responde às perguntas de escolha múltipla, selecionando a opção certa.

1 - Onde é que os The Ziguais atuaram no dia 25 de maio?



2 - O que é que pintámos no Dia Mundial da Água?



3 - No evento Walk and Run, o que é que vamos fazer?



A NÃO PERDER



Um agradecimento especial ao Fernando Jorge, à Sandra Seródio e à Carolina Mouzinho pela colaboração no lettering e pelos desenhos cedidos para esta edição.

Agradecemos também as fotografias cedidas pelo Estevão Nunes, pelo João Barata e pela Tatiana Saavedra.

AUTÊNTICO

Com a sua ajuda, a APPDA LISBOA
pode ir mais longe.
Agradecemos o seu donativo!

NIB 0010 0000 25776970001 75
MBWAY 963489018

