

## Editorial

No primeiro semestre de 2020 a “nossa normalidade” foi brutalmente abalada. Tivemos que ficar em casa, tivemos e ainda temos que nos manter distantes uns dos outros, tivemos e temos que usar equipamentos de proteção individual, tivemos e temos preocupações em relação ao que o futuro nos reserva. Isto tudo, porque surgiu um vírus desconhecido e altamente contagioso que ameaça a vida das pessoas.

Por este motivo, e passados quase cinco meses desde que a OMS declarou a epidemia de covid-19 como pandemia e que Portugal vive intensamente as consequências deste vírus, partilho com todos os leitores do Olhares o impacto e a vivência desta realidade na Fundação.

Foi a partir de março que tudo mudou, elaboramos o plano de contingência institucional e adotamos medidas de proteção para utentes e trabalhadores. Por ordem do Governo encerrámos o Centro de Atividades Ocupacionais (CAO) e a Formação Profissional. Mantivemos em funcionamento o Serviço de Apoio Domiciliário e o Lar Residencial, respostas sociais que prestam serviços imprescindíveis e inadiáveis a quem deles necessita. No Lar os utentes viram vedadas as visitas. Também aqui se viveu o confinamento. O desafio foi muito grande, tanto para os utentes residentes no Lar como para aqueles que foram para casa. Sem aviso prévio, todos foram privados dos contactos sociais. Quem vive e/ou trabalha com pessoas com deficiência bem sabe o quanto são importantes as vivências sociais, a partilha de sentimentos, o toque, o aconchego de um espaço seguro promotor de uma vivência positiva na comunidade. Passaram-se dois meses e meio. Durante este período geriram-se receios, ansiedades e angústias, viveram-se momentos adversos mas, aos poucos e poucos, foi-se restabelecendo a confiança.

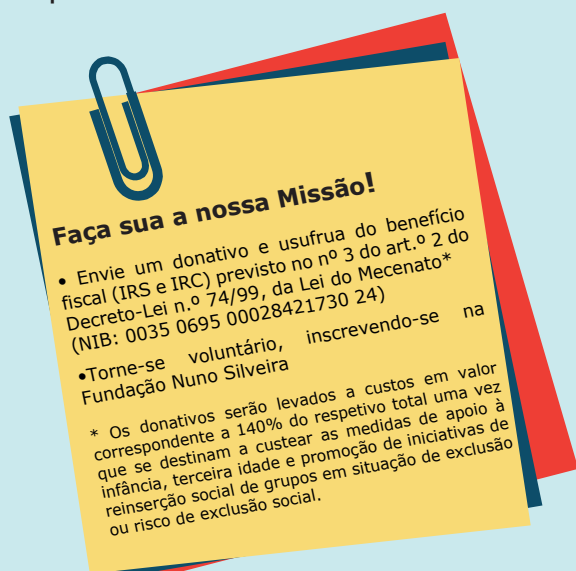
Em junho, os residentes no Lar voltaram a ter visitas dos familiares, reabrimos o CAO aos que não residem na Fundação e no início do mês de julho reabrimos a Formação Profissional. Tudo foi preparado ao pormenor respeitando-se o distanciamento social, os horários reajustados, as salas, o refeitório e os circuitos de entrada e saída redefinidos. O uso de equipamento de proteção individual imprescindível é constante, a desinfecção à entrada e dentro da instituição está sempre presente e é continuamente reforçada. Neste sentido, faremos tudo ao nosso alcance

para minimizar o risco de contágio. Acima de tudo interessa-nos o bem-estar de todos, dos nossos utentes que revelaram uma compreensão cúmplice pelo que se está a viver e dos trabalhadores que revelaram o seu profissionalismo, disponibilidade e versatilidade.

Alteramos os nossos hábitos quotidianos mas continuamos motivados e empenhados no apoio aos mais vulneráveis e para isso contamos com a compreensão e confiança das famílias.

*Constantino Tibúrcio*

*Membro do Conselho de Administração*



### ■ ■ ■ Orgulho na resiliência dos utentes do Lar

O período de confinamento exigido pela Direção Geral de Saúde foi levado a rigor na nossa Fundação. Todos os utentes que testaram positivo à Covid- 19, foram um exemplo a seguir, pois apesar dos medos existentes, cumpriram o que lhes foi pedido o que para muitos não seria expectável o conseguirem fazer. Todos os colaboradores presentes nesta fase tentaram e conseguiram, com criatividade, que os afetos, carinho, compreensão e tolerância nunca faltassem neste momento tão delicado nas vidas dos nossos utentes.

As saudades dos familiares eram muitas e tudo fizemos para que, através das novas tecnologias, as conseguissem ultrapassar. A hora dos telefonemas e das videochamadas era um momento de grande alegria para os utentes, para os familiares e para nós que presenciávamos o olhar enternecido que muitos nos lançavam quando nos ouviam a dizer “vamos ao telefonema...”.

As visitas aos utentes do Lar foram finalmente autorizadas pela Direção Geral de Saúde. Depois de previamente organizado o espaço e as condições de higienização, com o detalhe exigido pelas entidades responsáveis, abrimos portas à emoção e ao afeto de familiares ansiosos de ver os seus, e os nossos príncipes e princesas felizes por estarem, com as devidas distâncias, com aqueles que lhes são mais próximos e presentes nas suas vidas. ■

*Cláudia Ribeiro*

### ■ ■ ■ Vai ficar tudo bem

No período em que foi necessário ficarmos todos em casa, os moradores do nosso lar desfrutaram de momentos lúdicos, com atividades criativas que favoreceram de forma harmoniosa a passagem do tempo. Nesta fase de recolhimento, embora o contato com a comunidade externa tenha sido suspenso, internamente, a amplitude das interações fez-se notar, havendo uma maior cumplicidade, sentimento de partilha e ajuda entre colaboradoras e utentes, estreitando assim os laços afetivos.

No desfile da Fantasia, os residentes brilharam com entusiasmo na *passarelle*, e tiveram a oportunidade de se reinventar através da caracterização, acessórios, maquilhagem e ainda uma faixa personalizada.

Com o intuito de promover o convívio, realizou-se uma caça ao tesouro nas instalações externas do edifício, com pistas espalhadas pelo jardim, onde os vários grupos seguiam as instruções e avançavam conforme as suas descobertas, encontrando ao fim o tesouro desejado e festejando em conjunto a conquista.

A partir de cartolinas coloridas, canetas de feltro e lápis de cor, um grupo construiu as próprias peças do jogo de dominó e também desenharam as imagens para a criação do jogo da memória. Deixaram-se envolver pela música durante o karaoke e estiveram descontraídos nas oficinas de teatro. De forma a utilizar outros sentidos e a despertar sensações, foram realizadas pinturas com a sola dos pés e de olhos vendados houve a exploração de diversos materiais inseridos em luvas. Os utentes efetuaram a construção de objetos a partir de materiais recicláveis utilizando a imaginação e recriando o “lixo” em algo criativo.

Os dias foram passando e criamos boas memórias e lembranças para recordar e recorrer a elas sempre que desejarmos. ■



*Paula Oliveira*

### ■ ■ ■ Olhar de um Cliente

**“E para quem não me conhece...”**

Eu sou a Maria Rosa tenho 69 anos e vivo aqui, na Fundação Nuno Silveira. Estou aqui há muito tempo e gosto muito. A minha família é a minha cunhada e o meu irmão, ela é a Deolinda e ele é o Agostinho. Aos domingos eu telefono para eles para saber se está tudo bem. A minha cunhada, ui, ela é demais, gosta muito de mim, adora-me!

Às vezes vou passar o fim de semana com a minha cunhada e com o meu irmão e ajudo a pôr a mesa e a arrumar a cozinha. As minhas sobrinhas, Bela, Dália e Zita são as filhas do irmão Agostinho e da Deolinda, quando vão comer lá a casa levam o Bernardo, a Bárbara e o Tiago que são os filhos delas. Eu ainda tenho outro irmão que mora em Ponte de Lima e que se chama Adão.

Aqui gosto de estar em todas as salas e sou amiga de todos, gosto de ajudar. Ontem fui passear até à Quinta das Freiras, tem lá um lago com patos e muitas árvores. Gostei muito de sair daqui e ir passear. Para quem não me conhece quero dizer que sou muito fixe, e tenho muita força! ■



*Maria Rosa  
Utente do CAO e Lar Residencial*

### ■ ■ ■ Olhar de uma Família

***Apenas um Obrigado.***

Em nome dos que não veem, mas sentem.

Em nome dos que não andam, mas que têm alguém que os leva e acompanha.

Em nome dos que não falam, mas que se sentem agradecidos.

Em nome dos desprotegidos que têm um abrigo no coração dos outros.

Em nome dos que se veem obrigados a delegar nos outros o carinho que não podem oferecer.

Em nome de muitos outros que não podem agradecer, o meu muito obrigado.

Isto porque, todos nós sabemos que mais importante do que chegar a algum lugar só, é ajudar alguém para que chegue connosco, mesmo que isso signifique que tenhamos de abrandar o nosso passo.

A Fundação Nuno Silveira tem um grupo de colaboradores que nos faz sentir seguros de que tudo farão para que os utentes valorizem os pequenos passos, os pequenos momentos, as pequenas alegrias que se manifestarão em grandes sorrisos. E isso sente-se!

Bem hajam.

“Lutar pelos direitos dos deficientes é uma forma de superar as nossas próprias deficiências.”

Jonh F. Kennedy ■



*Licínio Manuel Basto  
Cunhado da Dininha*

## ■ ■ ■ Olhar de um Colaborador



Gostamos de pensar que tratar da roupa é como uma arte. Tentamos sempre de forma meticulosa e delicada, durante todo o processo, cuidar de qualquer peça que nos chegue à mão.

A roupa inicialmente é separada e depois lavada à temperatura recomendada, seguidamente passa pelos procedimentos necessários e finalmente engomada. No final de todas as etapas colocamos a roupa nos armários de cada utente que requisita o nosso serviço.

O nosso objetivo é dar vida a qualquer tecido, precisando este apenas de uma simples lavagem ou de uma costura.

Deste modo, o que mais nos gratifica então, é o olhar de satisfação que os nossos utentes nos demonstram e com isto ficamos com o coração cheio. ■

*Equipa do Serviço de Lavandaria*

## ■ ■ ■ Olhar e Partilhar... Sessões de Dança e Terapia

As sessões de Dança e Terapia da Fundação Nuno Silveira surgiram da paixão e do desejo de aliar a Terapia Ocupacional, aos potenciais benefícios da Dança. Uma atividade complexa, capaz de recrutar, promover e melhorar competências necessárias ao nosso dia-a-dia.

O corpo humano é naturalmente predisposto ao movimento e em cada um de nós existe uma dança, um ritmo biológico. Através desses gestos, aprendemos a saber quem somos e experimentamos novas formas de expressar o nosso ser.

Durante as sessões exploramos um vasto leque de exercícios direcionados para o movimento, onde promovemos competências motoras, sensório-percetivas, de regulação emocional, cognitivas e sociais. Para além do impacto na melhoria da saúde e bem-estar, e da promoção de competências essenciais à autonomia e independência, este projeto visa também a criação de um espaço onde os participantes possam criar, participar e partilhar. ■



*João Baldaia*



[facebook.com/fundacaonunosilveira](https://facebook.com/fundacaonunosilveira)

### ■ ■ ■ CAO em Visita a Santegãos

No início deste ano, entre os dias 9 de janeiro e 6 de fevereiro, o pólo de Santegãos da Fundação Nuno Silveira teve o gosto de receber a visita de cinco grupos de utentes de CAO.

Neste dia, além de conhecerem este novo espaço, os utentes tiveram oportunidade de assistir a uma peça de teatro de sombras, alusivo ao Natal, representado pelos formandos do curso de Ajudante de Cantina e Refeitório.

Depois, foram presenteados com um lanche, preparado pelos formandos do curso de Ajudante de Cozinha e Pastelaria, que consistiu no "melhor bolo de laranja do mundo" e numa bebida quentinha.

A sala do refeitório, onde permaneceram, foi preparada com muito brio, pelos formandos do curso de Ajudante de Lavandaria e Limpeza.

Todos os formandos estavam ansiosos para saber se os visitantes gostaram destas atividades e ficaram muito felizes, quando semana após semana, iam recebendo elogios e sentiram que o seu esforço foi muito apreciado. ■



*Elisabete Pereira*

### ■ ■ ■ Que força é essa?



Após ter sido premiado com o título de melhor espetáculo do "20º Festival de Teatro de Rio Tinto", o grupo ESTRELAS (des)IGUAIS voltou a ser convidado para mais uma apresentação, desta vez na comemoração do 84º Aniversário do Grupo Dramático Beneficente de Rio Tinto.

No dia 12 de janeiro voltamos a ter a felicidade e o privilégio de pisar um palco que já nos era tão querido. Muitas eram as caras familiares e amigas que ao longo desta viagem se fizeram sempre presentes e que para nós foram tão importantes.

O teatro não vive sem público e por isso fica aqui um agradecimento a todos os que foram incansáveis, que nos acompanharam, que nos abraçaram, que nos presentearam com palavras de força e esperança.

Após a apresentação desfrutámos do lanche que nos foi gentilmente oferecido e comemorámos o aniversário do "Dramático" com muita animação. Foi mais um dia de descoberta, de partilha e de superação.

Foi maravilhoso ter a oportunidade de pertencer a este grupo, de me conhecer e reinventar, de conhecer cada um dos fabulosos atores, de nos expormos em conjunto. Nunca o esquecerei. ■

*Diana Sousa*

## ■ ■ ■ Universidade Sénior de Gondomar



A Fundação Nuno Silveira preza o contacto com outras instituições da comunidade, procurando uma partilha de experiências e de conhecimentos enriquecedora para todos. Deste modo, foi com muito agrado que recebemos o convite da Universidade Sénior de Gondomar para conduzir uma aula, na universidade, sobre a temática da "Trissomia 21". Este momento foi orientado pela terapeuta ocupacional que para além de desmistificar algumas questões relacionadas com esta síndrome, permitiu também a partilha da nossa experiência com esta população que nos surpreende a cada dia.



Para que os alunos da Universidade Sénior pudessem vivenciar o trabalho, empenho e dedicação dos nossos utentes com e sem Trissomia 21, no dia 21 de janeiro contámos com a sua visita às nossas instalações, onde foram recebidos com muita alegria e carinho. Além da excelente companhia e simpatia, os alunos presentearam os utentes com um delicioso lanche, partilhado por todos no refeitório da Fundação.

*Teresa Ferreira*

## ■ ■ ■ Formação "Eu e os Outros"

No âmbito do Programa "Eu e os Outros" criado em 2007, pelo Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAD), foi realizada, na Fundação Nuno Silveira, uma formação para técnicos e formadores. Esta formação teve o objetivo de prevenir os problemas ligados ao consumo de substâncias psicoativas.

De 28 de janeiro a 10 de março de 2020, alguns técnicos e formadores envolveram-se neste desafio, a fim de adquirirem mais competências de intervenção junto do seu público-alvo.

Através de um jogo interativo, composto por oito histórias e oito personagens, o tema das substâncias psicoativas foi abordado de forma integrada com outras temáticas, relacionadas com o dia-a-dia dos jovens em geral, focando-se, essencialmente, no seu desenvolvimento pessoal e social.

A formação decorreu de forma divertida e cativante, mérito das formadoras Dr.<sup>a</sup> Amélia Neto e Dr.<sup>a</sup> Madalena Nunes, destacadas pelo Centro de Respostas Integradas do Norte (CRI do Porto Oriental), a quem muito agradecemos pela partilha dos seus saberes. ■



*Sónia Moreira*

### ■ ■ ■ Dia da Amizade no pólo de Santegãos



Durante a primeira semana do mês de fevereiro, os formandos dos cursos do pólo de Santegãos da Fundação Nuno Silveira foram convidados a refletir sobre o que é a "amizade" e o "dia dos afetos". Esta reflexão culminou na criação de um coração gigante, constituído por pequenos corações em origami, elaborados pelos formandos. No verso do coração gigante foram colocadas palavras que espelharam a reflexão relativa a estes dias. O resultado final foi colocado a decorar a cantina do pólo de Santegãos. Ao longo destes dias foram também trabalhados aspetos essenciais para o dia-a-dia e com vista a uma melhor integração na sociedade e no mercado de trabalho. ■

*Cristiana Costa*

### ■ ■ ■ O Circo de Mr. Palito e Dita

Respeitável público! Senhoras e Senhores! Meninos e meninas! A festa vai começar!... Eram 15 horas do dia 20 de fevereiro de 2020 quando o "Circo de Mr. Palito e Dita" chegou. Um *show* imperdível com malabares, garrafas voadoras, tochas de fogo, "facas" pelo ar e uma guitarra encantadora. Mr. Palito é Bruno Leite, mais conhecido por Mr. Milk, que mais uma vez nos surpreendeu com as suas hilariantes "palhaçadas". Desta vez assistimos a um dia passado em casa de Mr. Palito, em Portugal, à espera da sua melhor amiga Dita que está a chegar do Brasil. Com a sua chegada inicia-se o maior show de circo de sempre...

Os artistas "cá de casa", nomeadamente João Paulo e Pedro Cruz também mostraram as suas habilidades circenses, colaborando ativamente no espetáculo. Os dois *clowns* (palhaços) e os seus "ajudantes" foram super divertidos e conquistaram gargalhadas aos montões e... aos trambolhões. Nas palavras de José Jorge Letria "Um palhaço é um nariz vermelho com uma gargalhada dentro". HAHHAHA! ■



*Sofia Almeida*



[www.fundacaonunosilveira.pt](http://www.fundacaonunosilveira.pt)

## ■ ■ ■ Chegou o Carnaval!

Chegou o Carnaval! Mas não veio sozinho... trouxe com ele piratas, princesas, polícias, bailarinas, palhaços, reis e rainhas, muito entusiasmo e algumas aventuras. A tarde foi preenchida com dança, teatro, música e muita animação, desde logo com a maravilhosa performance do grupo "Dança para Todos".

Seguiu-se a apresentação de um teatro de fantoches, preparado pelos estagiários do curso de Educação Social Inês de Castro e Filipe Ribeiro, e cujos cenários e personagens foram elaborados pelos utentes do CAO. A história, da autoria dos estagiários, relatou a viagem até à ilha "Carnaval" para dar a conhecer o pirata "Olho Azul" e as suas peripécias! Após terminar esta viagem, uma fada (Filipe) e um pirata (Inês) decidiram partilhar um tesouro... dentro de um grande baú estavam mini baús com chocolates e doces que foram distribuídos pelos espectadores. Um comboio sem paragens, animado por dançarinos e cantores chegou ao seu destino: *Karaoke*.

Foi uma festa bestial! Um Carnaval sem igual! ■



*Filipe Ribeiro e Inês de Castro*

## ■ ■ ■ Carnaval no pólo de Santegãos

Em fevereiro foi comemorado o dia de carnaval no pólo de Santegãos, em que cada um dos formandos levou um disfarce escolhido por si. No refeitório foi delineado um trajeto pelo qual os formandos desfilaram um a um, ao som de música alusiva ao tema. Depois de todos os formandos desfilarem, cada um votou no seu disfarce preferido de forma a eger o melhor disfarce da festa! Mas todos os formandos foram parabenizados pela sua criatividade e entrega perante a atividade! A diversão, alegria e boa disposição tomaram conta da festa! ■



*Cristiana Costa*



<https://www.facebook.com/fundacaonunosilveira>

### Ficha Técnica

Olhares - Publicação Semestral  
Distribuição Gratuita  
Direção: Manuel Ramos da Silveira  
Tiragem: 1000 Exemplares  
Edição: Fundação Nuno Silveira

A todos os que se disponibilizam a colaborar connosco,  
o nosso muito obrigado!

### Fundação Nuno Silveira

Rua Professor Moreira, 193 - 4510 - 643 Fânzeres  
Telefone Geral - 224 853 490

Correio Eletrónico: [geral@fundacaonunosilveira.pt](mailto:geral@fundacaonunosilveira.pt)  
<https://www.facebook.com/fundacaonunosilveira>