

## Editorial



Neste espaço de partilha não posso deixar de fazer uma reflexão, em jeito de balanço, sobre o ano que agora acabou, 2020 que ano! No final de 2019, do outro lado do mundo surgia uma doença altamente contagiosa que viria a ser declarada de pandemia. Rapidamente atingiu todos os continentes e o ritmo de vida abrandou e em muitos locais, literalmente, parou. O objetivo era o de travar o seu rápido contágio. Surgiram estruturas para separar e proteger as pessoas e estabeleceram-se limites de ocupação nos espaços. Quase tudo e todos foram afetados, o confinamento em casa foi obrigatório.

Também aqui, na Fundação, tivemos de nos adaptar a novas formas de trabalhar e de interagir.

Partimos à procura de novos caminhos e organizamos as atividades, respeitando as medidas de segurança, que protegem a saúde de todos os envolvidos.

Com o desconfinamento, mas sem descuidos desnecessários, procuramos oferecer aos utentes atividades lúdicas e recreativas que os ajudaram a fortalecer os laços entre si, que lhes proporcionaram estabilidade, confiança e segurança. Não é de todo despropositado salientar o papel terapêutico que estas atividades diferentes assumiram neste novo contexto.

Neste ano atípico, apesar das vicissitudes, a Fundação deu continuidade à sua atividade e viu a sua obra ampliada. Em dezembro, assinou com o Instituto de Segurança Social, IP/Centro Distrital do Porto o protocolo de cooperação para 28 utentes em Centro de Atividades Ocupacionais para o "Centro Causa com Vida", em Santegãos. Numa envolvente tão adversa ao crescimento, a Fundação conseguiu alcançar um objetivo tão ambicionado, o que lhe dá força para continuar a sua missão. Assim, com segurança e em articulação com as entidades competentes, será capaz de superar esta fase e ter a capacidade de reinventar o futuro.

Com o início de 2021, surge no horizonte a esperança de que com as vacinas regressemos, nas áreas sociais e públicas, ao estilo de vida leve e descontraído, tal como o conhecíamos.

*Manuel Ramos da Silveira*  
Presidente do Conselho de Administração

### Faça sua a nossa Missão!

- Envie um donativo e usufrua do benefício fiscal (IRS e IRC) previsto no nº 3 do art.º 2 do Decreto-Lei n.º 74/99, da Lei do Mecenato\* (NIB: 0035 0695 00028421730 24)
- Torne-se voluntário, inscrevendo-se na Fundação Nuno Silveira

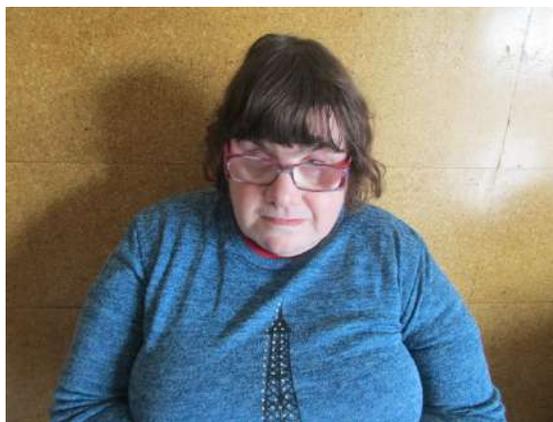
\* Os donativos serão levados a custos em valor correspondente a 140% do respetivo total uma vez que se destinam a custear as medidas de apoio à infância, terceira idade e promoção de iniciativas de reinserção social de grupos em situação de exclusão ou risco de exclusão social.



Siga-nos no  
**Facebook**

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

### ■ ■ ■ Olhar de um Cliente



Olá a todos! Sou a Carla Cristina Gama Silva Rocha e gosto de estar aqui, na escola. Depois do almoço vejo a minha amiga Raquel, ela conversa comigo e eu gosto. Estou na sala multiusos com amigos, sinto-me bem nesta sala, aqui é quentinho. Ouço os fados no rádio, gosto de ouvir o Rodrigo. Está quase a chegar o dia dos meus anos, 23 de abril, e eu quero receber prendas na escola e da minha carochinha, aquela menina do olho azul, a Raquel Susana... Faço muitas coisas, plasticina, agrafos, faço enfiamentos e fichas, pinto e canto como um rouxinol. Até vos vou contar um segredo, eu sei muitas canções e decoro tudo.

Sei o nome de todas as auxiliares e monitoras e sei como se chamam os filhos e as filhas delas, quando me dizem ou me contam alguma coisa eu nunca mais me esqueço. E já ensinei muitas canções a muita gente, ah se não fosse eu... Eu sou muito divertida e não sou nervosa, só às vezes. E digo mais, não gosto nada de ouvir o NÃO, depois conversam comigo e eu acalmo-me, a seguir canto e fica tudo bem. Eu sou assim, porque SIM!

Mas não gosto do "coronavírus" que não nos deixa em paz. Tenho saudades de passear, da praia de manhã, depois ir almoçar a casa e da música com a professora Joana...

Quando ouço a Renascença aprendo orações e rezo. "Ide em paz e que o Senhor vos acompanhe". E já está! "Vamos em frente que atrás vem gente!" ■

Carla Cristina Rocha  
Utente do CAO

### ■ ■ ■ Olhar de uma Família

O caminho faz-se caminhando...

Na minha recente ligação à Fundação Nuno Silveira, como familiar da utente Márcia Filipa, acumulei lições de vida, que me sensibilizaram.

Os responsáveis da instituição têm como missões, para além da educação e valorização de cada utente, proporcionar-lhes uma felicidade plena.

Todos, para além de um exemplar desempenho profissional, transmitem um sentimento humano inextinguível.

A Márcia Filipa é uma menina meiga e de muita ternura, sempre disposta a ajudar quem a rodeia, mas de há muito desprovida de carinho.

Entrou na Fundação em Setembro de 2020 e hoje reivindica como seja a sua verdadeira família. Por ser muito bem tratada, sente-se em segurança na experiência de uma nova realidade na sua vida. Confessa mesmo, que "esta é a minha casa de onde não quero sair nunca!".

Que Deus continue a conceder a Sua proteção a todos vós, pois considero que o vosso trabalho não tem preço. Sinto-me feliz e muito orgulhoso em vos ter conhecido.

Trabalhar em prol de quem mais precisa... ninguém pode ficar para trás.

Juntos faremos pessoas felizes. ■



Amândio Cardoso  
Primo e Responsável pela Márcia Filipa

## ■ ■ ■ Olhar de um Colaborador

O serviço de transportes da nossa instituição contribui para a melhoria da qualidade de vida e mobilidade dos nossos utentes do CAO e dos alunos com necessidades educativas especiais dos Agrupamentos de Escolas do Concelho de Gondomar.

Neste momento, com a pandemia COVID-19, estes serviços estão a ser realizados com cuidados acrescidos, de acordo com a lei e com algumas limitações. É medida a temperatura de todos os utentes, as mãos são desinfetadas e o uso de máscara é obrigatório, sempre que possível. Após cada utilização a viatura é desinfetada. Também houve alterações na lotação das viaturas, com a limitação de 2/3 da sua capacidade, o que origina uma morosidade na execução das rotas. Apesar de todas estas alterações, os transportes continuam a ser efetuados com muita dedicação e profissionalismo por parte de auxiliares e motoristas sendo visível o carinho que os utentes da instituição e das escolas têm por estes profissionais. ■

Célia Gomes  
Responsável Administrativa

## ■ ■ ■ Olhar e Partilhar... Oficina das dinâmicas e experiências

Em 2020 criamos uma nova atividade "dinâmicas e experiências", com o propósito de continuar a proporcionar aos nossos utentes aprendizagens lúdicas e interactivas. Uma forma divertida e espontânea de explorar o "mundo que os rodeia", onde a aquisição e consolidação de novos conhecimentos são parte integrante da alegria e espontaneidade, que se vivencia durante os jogos e as experiências. As perguntas constantes, os sorrisos curiosos, as hipóteses de resolução dos desafios propostos e a partilha de saberes, espelham a envolvimento e a satisfação de todos aqueles que participam nesta atividade.

Expressões como: "Viste como aquilo aconteceu...", "Queres que te explique?", "Vamos fazer outra vez...", "Posso ser eu a fazer sozinho(a)?", "Não podemos contar nada aos outros grupos...", "Vamos ver se mais alguém consegue fazer...", "Vamos repetir...", "Quero fazer outra vez...", "Que fixe...", "Isto acontece porque ...." e "É hoje que vamos fazer experiências..." enchem-nos o coração de felicidade. São estes pequenos momentos de partilha, que impulsionam novos projetos e visam a continuação de um trabalho diário dinâmico e integrativo, com os nossos utentes. ■

Sónia Moreira

**Ajudem a nossa Instituição através da consignação de 0,5% do vosso IRS e/ou 15% do benefício do IVA suportado, sem qualquer encargo.**

Para tal basta preencher o **Quadro 11 do modelo 3**, seleccionando o campo **1101 "Instituições Particulares de Solidariedade Social"**, inserir o nosso **NIF (514 077 646)** e colocar um e/ou dois **X** no quadrado do **IRS e/ou IVA**.

11	CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IRS/CONSIGNAÇÃO DO BENEFÍCIO DE 15% DO IVA SUPORTADO				
ENTIDADES BENEFICIÁRIAS					
Instituições religiosas (art.º 32.º, n.º 4, da Lei n.º 16/2001, de 22 de junho)	<input type="checkbox"/>	1101	NIF 5 1 4 0 7 7 6 4 6	IRS <input checked="" type="checkbox"/>	IVA <input checked="" type="checkbox"/>
Instituições particulares de solidariedade social ou pessoas coletivas de utilidade pública (art.º 32.º, n.º 6, da Lei n.º 16/2001, de 22 de junho)	<input checked="" type="checkbox"/>				
Pessoas coletivas de utilidade pública de fins ambientais (art.º 14.º, n.ºs 5 e 7, da Lei n.º 35/98, de 18 de julho)	<input type="checkbox"/>	1102			
Instituições culturais com estatuto de utilidade pública (art.º 152.º do CIRS)	<input type="checkbox"/>	1103			



## ■ ■ ■ “Canta, Canta, Amigo Canta”



O projeto “Canta, Canta, Amigo Canta” foi criado para ser implementado em agosto de 2020, inserido numa planificação de atividades designada por “Agosto Ativo”. Há já alguns anos que a equipa técnica da Fundação Nuno Silveira tem planificado e colocado em prática diversas atividades ao longo do mês de agosto. Pretende-se promover o desenvolvimento pessoal e social, o contacto com a natureza e a comunidade, a prática de desporto e o divertimento. Todas as terças-feiras de agosto, à tarde, os utentes assistiram e participaram num agradável momento musical.

Os cantores e músicos foram sempre surpresa, a professora Joana Guimarães, o cantor e Padre Antonino de Sousa, a terapeuta ocupacional e cantora Cristiana e os cantores e músicos Mário e Cátia.

Os três primeiros atuaram no jardim da Fundação onde o verde das plantas e a leve aragem do vento que “transportava” os sons, transformaram o cenário num espaço paradisíaco. O duo, por sua vez, atuou no ginásio, onde se preparou um “palco” à maneira. Todos cantaram, bateram palmas e foi maravilhoso. Platão já dizia “a música é o grande remédio da alma” e é verdade, a “nossa alma” foi renovada! ■



Sofia Almeida

## ■ ■ ■ Agosto Criativo

No passado mês de agosto, as idas à praia foram substituídas por dias de muita diversão. E que diversão! O fator surpresa esteve sempre presente em todas as atividades pensadas e dinamizadas como verdadeiras gincanas. Várias foram as atividades realizadas, desde pintura de t-shirts, passando pela construção e corrida de papagaios de papel, pinturas com diferentes técnicas, bolas de sabão gigantes, jogos com balões de água, jogos das sombras, caças ao tesouro e cinema. Os dias foram passados sempre com muito entusiasmo e boa disposição, reportados pela felicidade estampada nos rostos de todos aqueles que participaram ativamente, nas atividades propostas. ■



Sónia Moreira

## ■ ■ ■ Dias de Diversão na Fundação



Que comecem os jogos! Foi assim que se ouviu em muitos dias do mês de agosto. Mas os dias 5 e 6 foram mesmo especiais, foram muito bem passados num insuflável gigante, colocado no jardim, onde todos se divertiram numa pista de obstáculos e salto, desceram pelo escorrega e “desembarcaram” numa fantástica piscina, de frente, de costas, sentados ou em mergulho, sem limites... para a diversão!

No dia 12 os jogos foram populares. O pavilhão gimnodesportivo cobriu-se de cor, “Paraquedas, Mikado, Glória, Palhaço Comilão, Corridas de sacos” e tantos outros. Tarefas, vantagens, prémios e “castigos”, desafios e superações, foi um dia muito ativo e “cheio”.

No dia 19, “Attention! Prêts? Piiiiiii!” chegaram os “Jogos sem Fronteiras”. Outro Insuflável gigante ocupou metade do pavilhão gimnodesportivo. De manhã, os utentes aproveitaram para subir, saltar, brincar na pista de obstáculos, jogar à bola e descer pelo escorrega. À tarde, realizaram diversos jogos com tarefas, obstáculos, dados gigantes, e desafios à altura! Havia claqes e júri. No final dos jogos todos os jogadores de cada equipa receberam uma medalha.

Por fim, no dia 26 os jogos de mesa “instalaram-se” no jardim. As mesas dispostas estrategicamente ofereciam diversos jogos lúdicos, verdadeiros desafios físicos e mentais. Os utentes formaram equipas e jogaram “à séria” a brincar. Foram autênticos e inesquecíveis dias de diversão. ■

Sofia Almeida



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

## ■ ■ ■ Passeios na comunidade

Entre os meses de julho e agosto, os nossos utentes tiveram a oportunidade de visitar seis espaços idílicos, da nossa linda comunidade e enriquecer as suas bagagens culturais. Aqui, deliciaram-se com gulosos lanches saudáveis, previamente preparados, com muito entusiasmo pelos próprios. Visitaram o parque de S. Roque da Lameira, o parque do Carriçal, a Quinta de Bonjóia, o Mosteiro de Leça do Balio, o Parque do Avioso da Maia e a Quinta das Freiras, em Rio Tinto. Em cada local foi-lhes dada a oportunidade de explorar e usufruírem do espaço envolvente.

A tranquilidade e os sons da natureza ecoaram ao longo de cada visita, com a esperança que a sensação de bem-estar e serenidade se prolongasse no tempo... ■



Sónia Moreira

## ■ ■ ■ CRIDEM

O CRIDEM, Concurso Nacional de Obras de Expressão Plástica de Pessoas com Deficiência Intelectual, é uma iniciativa da APPACDM do Porto (Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental), com o apoio da Fundação Montepio e da Fundação Manuel António da Mota. Este concurso pretende estimular e divulgar a criatividade artística das pessoas com deficiência intelectual que se encontram integradas em instituições sem fins lucrativos sedeadas em Portugal.

A Fundação Nuno Silveira participou pela segunda vez e apresentou três trabalhos artísticos individuais, na área da escultura, nomeadamente, "Aparência", da autoria de Pedro Cruz, "Fadistrambólica", da autoria de Carlos Alberto (Berto) e "Portugalo" da autoria de Márcio Rogério. Estes trabalhos constam no Catálogo do CRIDEM, que pode ser consultado na página "cridem.pt" ou no facebook respetivo. Nestes "locais" pode-se ver uma exposição virtual das obras e uma mensagem do Presidente da Republica Professor Doutor Marcelo Rebelo de Sousa, que, solidário com este concurso, destaca a qualidade dos trabalhos e a participação das várias instituições. É sempre com muita satisfação que a Fundação Nuno Silveira participa, valorizando assim a expressão artística dos utentes bem como a sua integração social.

As colaboradoras que acompanham e orientam os utentes também são valorizadas e têm um papel fundamental em todo este projeto. Nas palavras de Teresa Guimarães, presidente da Direção da APPACDM, "Há trabalhos sensacionais e que verdadeiramente me emocionam pela sua simplicidade e beleza. Vi pinturas e desenhos que me marcaram muito pela mensagem forte que transmitiam – ou por serem auto-retratos ou por retratarem momentos singelos da vida dos artistas". ■

Sofia Almeida



### ■ ■ ■ XXII Exposição de Natal

Como tem sido habitual nos últimos 22 anos, a Fundação realizou a Exposição e Venda de Natal. A Exposição decorreu com as restrições impostas pela fase que o país atravessa, no entanto a magia do Natal permaneceu. Cada uma das peças revelou o empenho e a dedicação dos nossos utentes que, mais uma vez, mostraram ser verdadeiros artistas!

Para além da exposição "in loco" que aconteceu entre os dias 18 de novembro e 16 de dezembro de 2020 nas instalações da Fundação, este ano apostou-se também na venda através da nossa página de Facebook, de forma a alcançar mais pessoas e a diminuir o número de visitantes na instituição.

Atualmente, e durante todo ano, as peças de arte elaboradas pelos nossos utentes continuarão a ser divulgadas na nossa página, possibilitando que qualquer pessoa, em qualquer altura do ano, possa apreciar e adquirir os nossos artigos. Contamos com a ajuda de todos no sucesso deste projecto! ■



Teresa Ferreira

### ■ ■ ■ Bom Ano, Bom Ano... sem covid, sem covid!

Chegou o último dia de um ano tão atípico a todos os níveis, principalmente ao nível dos afetos, das emoções e do toque. No dia 31 de dezembro de 2020, todos quisemos dizer adeus a um ano que nos privou de muita coisa e os nossos residentes no Lar não foram exceção e sentiram e sentem ainda o peso da privação das rotinas a que estavam habituados.

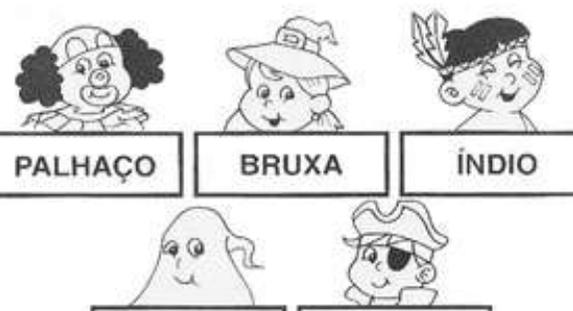
A azáfama do dia iniciou com uma nova organização das áreas comuns do Lar, para que todos pudessem estar juntos, com as devidas precauções. O entusiasmo na preparação das roupas e adereços, no arranjo dos cabelos e na maquilhagem foi muito e sentiu-se que os nossos utentes, apesar de não poderem estar com as suas famílias, estavam entusiasmados e felizes. O brilho no olhar e as gargalhadas genuínas estiveram presentes ao longo do dia. O registo fotográfico foi uma constante para que futuramente todos nos possamos lembrar que quando temos pessoas que tentam ao máximo proporcionar momentos inesquecíveis e o fazem com muito amor, tudo se consegue... ■



Cláudia Ribeiro

## ■ ■ ■ Divertidamente em casa!

Procura o nome das 5 fantasias.



PALHAÇO    BRUXA    ÍNDIO

FANTASMA    PIRATA

P	B	C	D	F	G	H	J	K	L
I	M	N	O	P	Q	R	S	T	V
R	X	Z	Í	N	D	I	O	R	S
A	T	U	V	B	R	U	X	A	Z
T	A	B	F	A	P	I	R	R	O
A	L	P	A	L	H	A	Ç	O	W
D	Y	F	A	N	T	A	S	M	A

Une com um traço os palhaços iguais.



Ajuda o palhaço a agarrar os balões!



Completa a rima, com as seguintes palavras:

**Jogar - Carnaval - Festejar**  
**Divertir - Vestir**

Não podemos \_\_\_\_\_,  
Mas ao \_\_\_\_\_ vamos brincar,  
De casa não vamos sair,  
Com isso vamo-nos \_\_\_\_\_.  
Fantasias vamos \_\_\_\_\_,  
Para podermos brincar,  
Chegou o carnaval,  
Vamos lá então \_\_\_\_\_!

Emília Vieira e Sara Reis  
Estagiárias de Educação Social

### 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>