

## Editorial



Há sensivelmente um ano atrás dei conhecimento através deste editorial da intenção da Fundação construir uma nova estrutura com CACI - Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão e um Lar Residencial, na Freguesia de Baguim do Monte, num terreno com 28.000m<sup>2</sup>.

Com este novo equipamento pretendia-se uma intervenção social de base comunitária, assente nos modelos mais atuais de apoio à deficiência, nomeadamente: modelo dos apoios, da

qualidade de vida, da inclusão social, da capacitação das pessoas com deficiência dos seus direitos, da sua valorização pessoal e inclusão socioprofissional.

Para a realização deste trabalho é fundamental a construção deste novo equipamento, que se quer bem dimensionado, funcionalmente adaptado, com qualidade e eficiente. Para tal, a Fundação fez uma candidatura ao Programa para Requalificação e Alargamento da Rede de Equipamentos e Respostas Sociais no âmbito do PRR – Plano de Recuperação e Resiliência, em fevereiro de 2022.

Esta candidatura foi aprovada, contudo o financiamento previsto por parte do Programa foi manifestamente insuficiente uma vez que apenas a resposta de CACI teria apoio do PRR e em apenas 50% do seu custo. Por sua vez o Lar não teria qualquer financiamento obrigando a Fundação a um enorme esforço financiando os restantes 50% de CACI e a totalidade para a construção do Lar. Face à conjuntura atual, elevado custo de construção e matérias-primas é completamente impossível para a Fundação executar este projeto.

Apesar de ser premente a criação de novas respostas, que ainda assim são inferiores às necessidades, as instituições de solidariedade social e em concreto a nossa Fundação não consegue sem o reforço do investimento por parte do Estado fazer tal demanda.

Diariamente a Fundação debate-se com a preocupação da sua sustentabilidade económico-financeira, as exigências são várias, seja pelo aumento dos custos, seja pela exigência de rácios de pessoal, sem esquecer o insuficiente apoio do Estado.

Por estes motivos, a concretização deste sonho terá de ser adiada.

*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.

### ■ ■ ■ Olhar de um Cliente

Quando vim parar à FNS em 2015, por força das circunstâncias, que se refere à atribuição do RSI (Rendimento Social de Inserção), porque aos 45/50 anos somos velhos para trabalhar, a sociedade em que vivemos coloca-nos de parte, como pessoas inúteis. Vou abrir um parêntesis para falar sobre a “Eutanásia” que tem sido discutida no parlamento, não se lembram que o desemprego de longa duração é uma “eutanásia” social imposta às pessoas, que as faz sentir “inválidas” e sem “projetos de vida”. Foi por me encontrar nesta situação de isolamento social que vim parar a esta Fundação, que me acolheu com muito carinho por parte das técnicas de RSI, que estão sempre disponíveis, quando lhes é permitido, devido ao pouco tempo que têm e ao seu trabalho desgastante. Mas sempre estão prontas para ouvirem os nossos desabafos, dar-nos alento e ajudam-nos em tudo aquilo que é possível. Eu sei que estas técnicas com tantos valores humanos queriam fazer muito mais por nós mas sentem-se limitadas devido à burocracia de outras entidades. Aqui, encontrei convívio, boa disposição, numa sessão de “Lavores” que preenche um pouco a minha solidão. Fazemos trabalhos manuais que depois são vendidos numa feirinha de Natal, nesta Fundação. Há 9 anos que me encontro nesta Fundação, passaram por mim várias técnicas e nelas encontrei apoio, afeto, valores morais e até ajuda psicológica. Estou grata por tudo o que têm feito por mim. Bem hajam! ■

*Elisa Brandão*

*Beneficiária em acompanhamento pela Equipa de Atendimento Integrado*

### ■ ■ ■ Olhar de uma Família

Olá!

Sou Rosalino Moura, filho de Maria Celeste Oliveira dos Santos, utente dos serviços da Fundação Nuno Silveira.

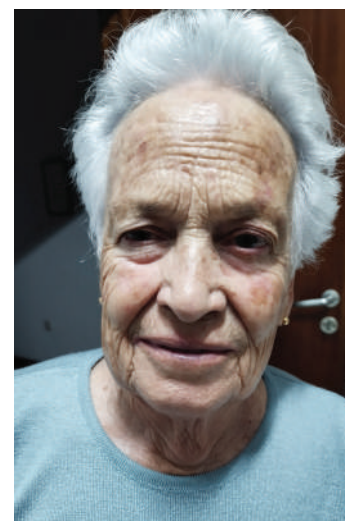
A minha mãe apenas usufrui dos serviços da instituição há cerca de três meses e meio. Recebe diariamente, fim de semana incluído, a refeição, estando também associada ao serviço de tratamento de roupas.

Até à data as queixas são mínimas, ficam muito aquém do valoroso serviço que lhe é prestado.

Não tenho dúvidas que esta instituição conta com profissionais dedicados, que tudo fazem pelo bem-estar dos seus utentes, apesar de também terem as suas famílias e os seus problemas, como qualquer comum dos mortais.

Desejo que a minha querida mãe possa usufruir do apoio da Fundação durante muitos anos.

Estou grato à Fundação Nuno Silveira. ■



*Rosalino Moura*

*Filho de M<sup>a</sup> Celeste Santos*

*Utente do Serviço de Apoio Domiciliário*



## ■ ■ ■ Olhar de um Colaborador



Tenho o prazer de estar com a Fundação há três anos e meio. Iniciei como administrativa do departamento de Formação Profissional de Santegãos em janeiro de 2020, que coincidiu com a vinda da pandemia em abril e, obrigou, a paragem temporária de alguns serviços, incluindo a Formação.

Foram tempos difíceis e de grande esforço de todas as equipas que se mantinham a trabalhar com o propósito de nada faltar aos nossos utentes.

O regresso dos formandos às instalações não foi fácil. Havia várias medidas de proteção e segurança que não estávamos a imaginar alguma vez ter, mas com empenho de todos não desistimos, e terminamos assim com sucesso, um projeto que certificou mais de 30 participantes com a realização de estágio profissional na Fundação acompanhado por nós.

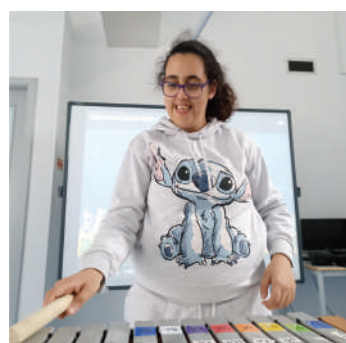
Nos tempos que correm, mantenho o cargo no mesmo departamento e só tenho a agradecer. Cresci imenso desde a minha entrada aqui, como pessoa e como profissional. Tive oportunidade de trabalhar com equipas fantásticas, com formandos incríveis e é graças a todos eles que sou a pessoa que sou hoje.

Sinto que desde o início do meu percurso aqui, passei por um turbilhão de emoções, vários desafios, várias etapas, cada uma delas mais intensa, mais aliciante... e com toda a minha experiência, o meu olhar não poderia transmitir nada menos do que o sentimento de realização. ■

*Cátia Santos*

*Escriturária da Formação Profissional*

## ■ ■ ■ Olhar e Partilhar...Terapia pela Música



Eu, Sara Barbosa, aliei a formação e paixão pela música à área em que sou pós-graduada... Educação Especial... Com as sessões de terapia pela música conseguimos desenvolver diversas competências, como atenção, compreensão, memória, criatividade e autoestima.

Durante as sessões, os utentes exploram os sons que os rodeiam e através da expressão corporal e/ou instrumentos de percussão criam sequências rítmicas exploram diferentes conceitos e aproveitamos algumas datas comemorativas para aliar a música às festividades.

Damos asas à criatividade com a criação dos acompanhamentos musicais e ritmos, através de materiais não convencionais construídos pelos utentes. É de notar o crescente interesse de todos em participar nas sessões, assim como a curiosidade em aprender e experimentar.

Esta experiência tem-me enriquecido tanto a nível profissional, como pessoal. Tem sido um privilégio acompanhar a evolução de todos e a equipa que os acompanha. ■

*Sara Barbosa*

*Professora de Música no Centro Causa com Vida (CACI - Rio Tinto)*



### ■ ■ ■ O “Correio da Amizade”

O “Correio da Amizade” foi uma atividade desenvolvida na sala pedagógica durante o mês de fevereiro para promover o treino da escrita, o conhecimento dos serviços da comunidade e a aproximação entre as pessoas, através do envio de cartas.

Esta ação permitiu abordar os conceitos de remetente e destinatário, ensinou a preencher o envelope e a identificar os diferentes tipos de selo, o seu valor e a sua posição. Sem esquecer que a troca de cartas entre pessoas recupera a expectativa da mensagem escrita e possibilita o reforço dos laços afetivos.

Durante esta iniciativa, cada participante selecionou o destinatário da carta, redigiu-a e foi pessoalmente comprar o selo e enviar a carta na estação de correio mais próxima da Fundação, sendo uma excelente oportunidade de treino de competências de orientação, comunicação, integração e utilização dos serviços da comunidade. ■



Paula Oliveira

### ■ ■ ■ Vestir a Primavera

A convite do Teatro e Marionetas de Mandrágora, a Fundação Nuno Silveira participou no projeto “Vestir a Primavera”.

Este projeto procurou envolver a comunidade, dinamizar culturalmente o município e possibilitar o acesso a atividades artísticas a todos os públicos, incluindo idosos e pessoas com deficiência.

Todas as semanas, o professor de música Paulo Coelho veio à Fundação ensaiar, com um grupo de “artistas” do CACI, uma *performance* inspirada na natureza, nos pássaros e na primavera. O entusiasmo pelo projeto foi enorme desde o início, por envolver muita música e animação, através de “instrumentos musicais” criados com diversos objetos como garrafas de plástico, chaves e outros.

No dia 21 de abril, o grupo da Fundação apresentou a peça “Filamentos” na Biblioteca Municipal de Gondomar, juntamente com um grupo da Associação Social de Silveirinhos e o grupo Criarte do Centro Social de Soutelo. Um público muito atento, composto por crianças e adultos, aplaudiu efusivamente os “artistas”. ■



Sofia Almeida

## Finalmente chegou o verão!



Não há melhor forma de festejar a chegada do verão do que desfrutar de um dia de sol, piscina e muita animação. Assim foi o dia 21 de junho para um grupo de utentes do CACI.

Mais uma vez, a equipa do Parque de Campismo de Árvore, em Vila do Conde, recebeu-nos de forma muito atenciosa e disponível, proporcionando um dia verdadeiramente memorável para os nossos utentes.

A manhã foi passada na piscina, entre mergulhos, brincadeiras e banhos de sol. Ainda houve tempo para jogos de futebol e andebol, onde todos participaram de forma entusiasta.

Após o almoço, foi altura de desfrutar de toda a envolvência do parque, onde a natureza e o aroma a mar tornam um convívio na esplanada num momento especialmente agradável.

Obrigada a toda a equipa do Parque, iremos certamente voltar! ■

*Teresa Ferreira*

## Ação de sensibilização sobre Higiene Oral



No dia 29 de junho ocorreu uma ação de sensibilização para a higiene oral com os clientes do CACI.

A ação foi dinamizada pela docente Dra. Maria de Lurdes Lobo Pereira da Faculdade de Medicina Dentária da Universidade do Porto e três estudantes finalistas do curso.

Esta iniciativa teve o objetivo de promover a saúde oral e sensibilizar sobre a importância dos cuidados com a boca, a gengiva, os dentes e a língua. Desde a seleção adequada dos alimentos e a quantidade de açúcar ingerido, ao tempo de utilização e troca da escova de dentes.

Os clientes puderam praticar a escovagem dos dentes diretamente num modelo de cavidade oral, sob a orientação da equipa.

Foi uma tarde bastante agradável e de grande interação entre todos. Uma partilha enriquecedora e que marcou certamente a trajetória dos alunos no seu percurso académico, atuando com a diversidade de clientes. Para nós, foi sem dúvida uma mais-valia na construção e reforço de bons hábitos de higiene oral. ■

*Paula Oliveira*



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



## 3...2...1... Começou 2023



Com muita dedicação e diversão fomos celebrando e preenchendo o primeiro semestre do ano, com atividades escolhidas pelos nossos utentes... "Dia do Sorriso", "Dia da Família", "Dia da Mãe", "25 de Abril", "Dia Internacional da Água", "Dia do Pai", "Dia Internacional da Escrita", "Dia do Obrigado" ... entre outras... das quais partilhamos o "Carnaval", "Dia da Mulher", "Caça aos Ovos" e o "São João".

Como já é regra, o Carnaval vem fantasiado a rigor, acompanhado de muita música e alegria... que com muita "folia" se desfila e transforma um dia de inverno num dia de sol e calor.

O dia 8 de março, "Dia da Mulher", foi festejado com pompa e circunstância, as nossas utentes foram tratadas como verdadeiras rainhas... e não é que tiveram direito a rosas e brigadeiros preparados pelos artesãos e cozinheiros de Santegãos? E para completar ainda houve tempo para um tratamento de beleza, proporcionado por uma verdadeira profissional.

Para festejar a Páscoa foi organizada a tradicional "Caça aos Ovos", porém este ano não foi cumprida a tradição, para surpresa de todos quando encontraram o coelho depararam-se com um cesto recheado de diferentes menus do *McDonald's*.

Claro que não poderíamos deixar de falar do nosso querido São João, toda a instituição se vestiu a rigor para um verdadeiro arraial. Com muita animação foram realizadas as marchas de São João, onde a banda de São Martinho de Campo nos deu mão. De bailarico em bailarico terminamos o dia, com o lançar do balão. ■

*Mércia Santiago*



## ■ ■ ■ Cozinheiros por um dia...



Como forma de comemorar o “Dia do Pasteleiro”, tivemos a oportunidade de receber em “nossa casa” um convidado muito especial, o famoso Ricardo Ruivo, participante no *Hell’s Kitchen*. O dia foi mesmo inesquecível e atarefado. Através do testemunho do *Chef* Ricardo, todos tiveram a oportunidade de ficar a conhecer mais sobre a sua profissão, quando partilhou com todos o seu gosto pela “cozinha”, algumas das suas experiências e a receita secreta das suas bolachas de manteiga.

O ponto alto, deste dia tão especial, foi o momento em que todos os utentes puderam colocar as “mãos na massa” e experienciar o que é ser cozinheiro por um dia.

E assim o nosso refeitório foi inundando por um doce perfume de baunilha e canela misturado com glacês de muitas cores... que fizeram as delícias de todos... ■

*Paula Groché*

## ■ ■ ■ Fomos ao Teatro...



A convite da nossa querida professora de dança Joana Bastos, os nossos utentes, no dia 29 de março foram ao Teatro Sá da Bandeira assistir ao musical “A Bela e o Monstro”.

A aventura começou logo pela manhã, com uma viagem feita num autocarro, gentilmente cedido pelos STCP, e onde todos os nossos utentes tiveram a oportunidade de experimentar a sensação de ser turista por um dia, ao passarem por pontos emblemáticos da cidade do Porto.

Chegados ao Teatro, entraram num verdadeiro mundo encantado, onde ficaram todos envolvidos pelas músicas, pela representação, pelas roupas dos atores... tudo digno de um verdadeiro conto de fadas...

No final da nossa visita tivemos a oportunidade de registar a nossa aventura, com todo o elenco da “Bela e o Monstro” ... para mais tarde recordar e continuar a sonhar... ■

*Sónia Moreira*



### ■ ■ ■ “Bolas de sabão e um sonho de tubarão”



A convite do *Mr. Milk*, na manhã do dia 19 de fevereiro um grupo de clientes do Lar Residencial foi ao Espaço NOA assistir à peça de teatro “Bolas de sabão e um sonho de tubarão”, uma adaptação do livro “Menina do Mar” de Sophia de Mello Breyner.

Aguardaram o início do espetáculo no exterior, num ambiente tranquilo, onde usufruíram dos baloiços e aproveitaram para tirar umas belas fotos. Entretanto, apareceu o Mágico Granada com a sua boa disposição, fez uns truques e despertou a curiosidade de todos com a sua moeda mágica. O espetáculo contou com momentos pedagógicos de diversão e encantou com bolas de sabão, fumo e belas músicas cantadas ao vivo. No final, tiveram a oportunidade de conhecer as atrizes e toda a equipa envolvida. Uma vez mais, fica aqui o nosso agradecimento a toda a equipa do *Mr. Milk* pela manhã muito bem passada. ■

Sara Reis

### ■ ■ ■ “O mergulho no copo”



No dia 20 de fevereiro o CACI esteve encerrado, mas para os utentes do Lar Residencial continuaram os festejos do Carnaval. No pavilhão gimnodesportivo preparou-se uma pequena “sala de espetáculo” decorada com máscaras pintadas pelos utentes e serpentinas.

Pelas quinze horas chegou um convidado especial: O Palhaço Vinícius. Figura esguia e engraçada, arrancou de imediato boas e genuínas gargalhadas. Propôs realizar um mergulho num copo. Lançado o desafio foi necessário ampliar o espaço e após várias tentativas “frustradas” o palhaço Vinícius “mergulhou” de cabeça.

Por fim, conviveu com todos os presentes, ofereceu balões modelados ao gosto de cada um (corações, flores ou animais) e todos quiseram tirar fotos para mais tarde recordar. Este Carnaval foi mesmo especial! ■

Sofia Almeida



## ■ ■ ■ “Os Zitos Vão à Praia!”

No dia 31 de março, a convite da Professora Cândida Guimarães, o grupo de teatro dos residentes do Lar da Fundação “Os Zitos” apresentou na Escola Básica 2,3 de Rio Tinto o espetáculo “Os Zitos Vão à Praia!”. O grupo foi recebido de forma calorosa pelo público e a apresentação foi marcada pelos risos, sorrisos e participação de todos.

No fim, foi ainda possível um momento de confraternização entre o público e os atores, onde foi partilhado o *feedback* do trabalho realizado. “Os Zitos” trouxeram ainda de recordação uma planta para relembrar uma tarde bem passada. Agradecemos a oportunidade de apresentarmos o nosso trabalho. ■



*Diana Sousa*

## ■ ■ ■ Celebrar a Dança - De todos e para todos



A primeira edição do Concurso Nacional de Dança decorreu entre os dias 29 de abril e 1 de maio de 2023, em Lisboa, a fim de se celebrar o Dia Mundial da Dança (29 de abril).

O Pedro Cruz, residente do lar, e a Ana Raquel, utente do CACI, marcaram presença nesta iniciativa, através da “Academia em Movimento”, escola onde semanalmente participam em aulas de dança.

Lá chegados, foram muito bem recebidos. As coreografias que apresentaram, na modalidade de dança inclusiva, receberam os maiores elogios, ovações de pé, lágrimas e muita emoção. Foi em cima de uma cadeira que uma das juradas, em pé, aplaudiu efusivamente os “nossos” bailarinos. Muitos parabéns também não faltaram aos pais e o orgulho foi imenso.

A Ana Raquel referiu “Estou orgulhosa!” e o Pedro Cruz chorou de felicidade, dizendo repetidamente “Obrigado”. E não é que foram medalhados! Três medalhas para a Ana Raquel e duas para o Pedro, que fez questão de as exibir, orgulhosamente, ao pescoço.

Este evento irá ocorrer anualmente pelo que contamos marcar presença, nós e todos os amantes da dança.

Lisboa conta connosco em 2024! ■

*Sofia Almeida*



## Almoço de Reis



Comemoramos, a 6 de janeiro, o dia de Reis com um almoço especialmente preparado para os nossos formandos. Para a concretização deste almoço tivemos a magnífica colaboração do Curso Profissional de Ajudante de Cozinha e Pastelaria, através da preparação das entradas, confeccionadas nas sessões formativas da UFCD de Oficina – prática simulada.

Foi um momento de partilha e de convívio com todos os participantes dos cursos de formação profissional e a equipa técnico-pedagógica. Temos, certamente, que repetir! ■

*Verónica Vieira*

**FNS** Fundação Nuno Silveira

# Formação Profissional

## OFERTA FORMATIVA

- OPERADOR/A DE JARDINAGEM
- EMPREGADO/A DE ANDARES
- EMPREGADO/A DE MESA
- AJUDANTE DE JARDINAGEM E MANUTENÇÃO DE INSTALAÇÕES
- AJUDANTE DE COZINHA E PASTELARIA

**BOLSA DE FORMAÇÃO**  
(240,21€ QUE CORRESPONDE A 50% DO IAS)

**SUBSÍDIO DE TRANSPORTE**

**ALIMENTAÇÃO**

Cofinanciado por:

 **PO ISE**  
PROGRAMA OPERACIONAL  
INCLUSÃO SOCIAL  
E EMPREGO

 **PORTUGAL 2020**

 **UNIÃO EUROPEIA**  
Fundo Social Europeu



## ■ ■ ■ Visita ao Mercado Abastecedor do Porto



No dia 2 de junho, os formandos do curso de Ajudante de Cozinha e Pastelaria visitaram o Mercado Abastecedor do Porto. Chegados ao local foram recebidos pelo Sr. Eduardo Bandeira, chefe de serviços do mercado, que lhes deu a conhecer a história do Mercado e proporcionou uma visita guiada pelas instalações. Os participantes puderam observar e conhecer uma enorme variedade de produtos alimentares disponíveis para venda a comerciantes. Voltaram à Fundação muito felizes e acompanhados de fruta, amavelmente oferecida pelo Mercado Abastecedor, que degustaram com grande satisfação. ■

*Alexandra Coelho*

## ■ ■ ■ Festival Internacional de Jardins – Ponte de Lima



Finalmente chegou o dia 14 de junho! Estava um belo dia de sol, os formandos aguardavam ansiosamente pelo autocarro que os levaria a Ponte de Lima. Desfrutaram desta atividade os participantes dos cursos de Ajudante de Jardinagem e Manutenção de Instalações, Ajudante de Cozinha e Pastelaria, Operador/a de Jardinagem, Empregado/a de Andares e Empregado/a de Mesa.

Chegados, na margem do rio Lima, saborearam um almoço piquenique que terminou com um fresco gelado. Após o almoço, chegou o momento de observar e viver a beleza dos doze jardins. A entrada num mundo encantado! Puderam observar e sentir a criatividade do homem em comunhão com a harmonia da natureza, flores de várias espécies e cores como se de jardins encantados se tratassem.

No final da visita cada um contribuiu com o seu voto no jardim que mais gostou. Este maravilhoso dia terminou com um lanche e um momento divertido no parque. Sem dúvida, um dia muito feliz! ■

*Alexandra Coelho*

■ ■ ■ Divertidamente em Casa!

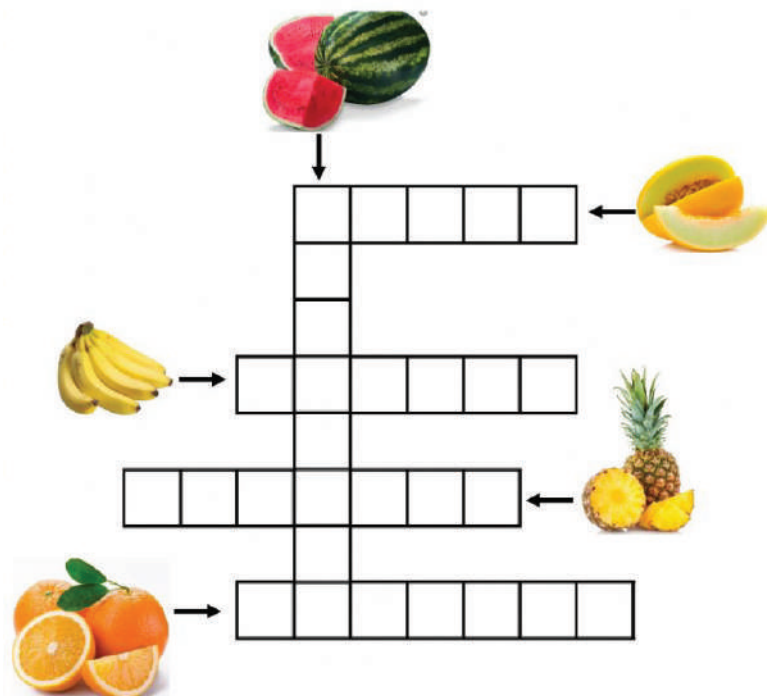
Procura as 5 diferenças:



Resolve o Sudoku:

		3		1	
5	6		3	2	
	5	4	2		3
2		6	4	5	
	1	2		4	5
	4		1		

Completa com os nomes das frutas:



Soluções: melancia, melão, banana, abacaxi e laranja

**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>